



Universidade de Aveiro Secção Autónoma de Ciências da Saúde
2015

**Fátima Vanessa
Macedo Mendes**

**O PROCESSO DE LUTO EM PESSOAS IDOSAS
VIÚVAS DA COMUNIDADE E A CIF: UM ESTUDO
EXPLORATÓRIO**



Universidade de Aveiro Secção Autónoma de Ciências da Saúde
2015

**Fátima Vanessa
Macedo Mendes**

O PROCESSO DE LUTO EM PESSOAS IDOSAS VIÚVAS DA COMUNIDADE E A CIF: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Gerontologia, especialização em Gestão de Equipamentos, realizada sob a orientação científica da Professora Doutora Margarida de Melo Cerqueira, Professora Adjunta da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro, e do Professor Doutor José Eduardo da Silva Campos Rebelo, Professor Auxiliar com Agregação do Departamento de Biologia da Universidade de Aveiro.

o júri

presidente

Professora Doutora Maria da Piedade Moreira Brandão
Professora Adjunta, Universidade de Aveiro

arguente

Doutor António José Feliciano Barbosa
Professor Auxiliar Convidado Com Agregação, Universidade de Lisboa

orientador

Professora Doutora Margarida de Melo Cerqueira
Professora Adjunta, Universidade de Aveiro

agradecimentos

De uma forma geral, pretendo agradecer a todos aqueles que direta ou indiretamente me apoiaram e acompanharam neste percurso.

Agradeço aos orientadores científicos, Professora Doutora Margarida Cerqueira e Professor Doutor José Eduardo Rebelo.

Agradeço aos participantes do estudo por partilharem a vivência do luto e contribuírem para que fosse possível realizar este estudo.

Um agradecimento muito especial aos meus Pais e à minha irmã por me transmitirem força nos momentos das minhas fraquezas.

À minha avó, pelo carinho e pela preocupação.

À Diana, Margarida, Mariana, Vânia e Natacha pelo apoio incondicional.

Às minhas amigas, Cátia, Carmen, Ilídia e Margarida pela amizade e pelo incentivo.

Por fim e não menos especial, agradeço ao Fernando pelo carinho, pela força e pelo apoio incondicional.

palavras-chave

Pessoas idosas, perda do cônjuge, superação de luto, CIF

resumo

Introdução: Ao longo do ciclo vital o indivíduo experimenta várias perdas, contudo a perda de um ente querido, nomeadamente a do cônjuge, é uma das perdas mais significativas, e que geralmente ocorre na terceira idade. Objetivo:

Objetivos: O presente estudo teve como objetivo compreender a relação entre o processo de superação do luto por perda do cônjuge em pessoas idosas que vivem na comunidade e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde.

Metodologia: Utilizou-se uma metodologia qualitativa, do tipo transversal descritivo de carácter exploratório. A amostra, constituída por 14 participantes que vivem na comunidade da região do Vale de Sousa, é do tipo não-probabilística e objetiva com os critérios de inclusão: (i) ter idade igual ou superior a 60 anos; (ii) residir na comunidade; (iii) ter vivenciado a perda do cônjuge; (iv) obter uma pontuação igual ou inferior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva '*Breve Questionário de Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens*' e (v) ter a capacidade de preencher o consentimento livre, esclarecido e informado. Aplicou-se o Inventário de Luto Complicado (ILC), e uma entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto.

Conclusão: O processo do luto pode ser mapeado à CIF, sobretudo no que se refere às categorias 'superação da dor' e 'estratégias do dia a dia', e em alguns casos, com recurso às especificidades do 'nd' (não definida). Tal evidência verificou-se na categoria 'mudanças na vida'. O componente mais mencionado pelos participantes em geral foi o de 'atividades e participação' e, em segundo o de 'fatores ambientais'.

Este estudo apresenta contributos para uma base de criação de um possível *core set* do luto, seja ele normal ou complicado.

keywords

Elderly, loss of the spouse, process of overcoming the grief, ICF

abstract

Introduction: Throughout the life cycle, a person experiences several losses. However, the loss of a loved one, in particular of the spouse, is one of the most significant losses and it generally occurs among the elderly.

Objective: The current study aimed to understand the relationship between process of overcoming the grief caused by the loss of the spouse among the elderly with sixty years old or more that live in the community and the International Classification of Functioning, Disability and Health.

Methodology: The study was based on a qualitative methodology of descriptive cross-sectional exploratory character. The sample, which is constituted of fourteen participants that live in the community of the region Vale de Sousa, is non-probabilistic and objective, following these inclusion criteria: (i) being 60 years old or older; (ii) living in the community; (iii) having experienced the loss of the spouse; (iv) getting a 4 or less in the cognitive evaluation instrument “*Short Portable Mental Status Questionnaire*” (SPMQ) and (v) having the capacity to fill in the free and informed consent. The data was collected by applying the “*Inventory of Complicated Grief* (ICG)” and a semi-structured interview about the grief experience.

Conclusion: In conclusion, the grief process can be mapped with the ICF, especially as far as the categories “overcoming the pain” and “day-to-day strategies” are concerned, and, in some cases, by using the specific features of ‘nd’ (non defined). This evidence was found in the category “life changes”. The most generally mentioned component by the participants was “activities and participation” and, in second place, the “environmental factors”. This study presents some contributions for the creation of a possible *core set* of grief, being it normal or complicated.

abreviaturas e siglas

CID-10	Classificação Estatística Internacional das Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde—Décima Revisão
CIF	Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde
DSM	<i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders</i>
CES	Comissão de Ética para a Saúde
ICF	<i>International Classification of Dunctioning, Disabilities and Health</i>
ILC	Inventário do Luto Complicado
MFAQ	<i>Multidimensional Functional Assessment Questionnaire</i>
ND	Não Definida
ND-SM	Saúde Mental Não Definida
ND-QDV	Qualidade De vida Não Definida
ND-SG	Saúde Geral Não Definida
ND-SF	Saúde Física Não Definida
QAFMI	Avaliação Funcional Multidimensional de Idosos
SPMSQ	<i>Short Portable Mental Status Questionnaire</i>
OARS	<i>Older Americans Resources and Services Program</i>
OMS	Organização Mundial de Saúde

Índice

INTRODUÇÃO	1
CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	3
1. O processo de luto.....	3
2.1. Luto normal.....	4
2.1.1. Sintomas psíquicos e somáticos no luto normal	5
2.2. Luto complicado.....	6
2.2.1. Sintomas psíquicos e somáticos no luto complicado	7
2.3. Superação do processo de luto.....	8
2.3.1. Modelos teóricos de superação do processo de luto.....	8
2.3.2. Determinantes no processo de superação do luto.....	13
1. Luto por perda do cônjuge	18
2.4. Viuvez nas pessoas idosas.....	18
2.5. Viuvez nas pessoas idosas da comunidade	19
2.6. Estratégias de superação mais comuns nas pessoas idosas	21
2.6.1. Estratégias de superação mais comuns nas pessoas idosas viúvas da comunidade	23
2. Revinculação.....	28
3. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).....	29
2.7. Estrutura da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).....	31
CAPÍTULO II - ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO E EMPÍRICO	34
1. Enquadramento do estudo.....	34
1.1. Objetivo geral.....	34
1.2. Objetivos específicos	34
2. Considerações éticas	34
3. Metodologia	35
3.1. Desenho de investigação	35
3.2. Seleção da amostra	35
3.3. Procedimentos de recolha de dados	36
3.4. Instrumentos utilizados	37
3.5. Análise e tratamento dos dados	39
CAPÍTULO III - APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS	41
1. Caracterização geral da amostra	41
1.1. Caracterização breve da amostra: a história pessoal anterior à perda do cônjuge.....	44
2. Análise dos resultados mapeados à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde.....	46
2.1. Análise por categorias, ID e unidades e subunidades de classificação	46
2.1.1. Categoria 1 – ‘Mudanças na vida’	47
2.1.2. Categoria 2 – ‘Superação da dor’ (consciência da dor)	48

2.1.3.	Categoria 3 –‘Estratégias do dia a dia’	49
2.1.4.	Categoria 4 - ‘Apoios físicos e humanos’	51
2.1.5.	Categoria 5 - ‘O que mais gosta de fazer’	52
2.1.6.	Categoria 6 - ‘O que menos gosta de fazer’	53
2.2.	Análise por componentes, ID, unidades e subunidades de classificação	53
2.2.1.	Componente ‘funções do corpo’ (b).....	54
2.2.2.	Componente ‘atividades e participação’ (d).....	55
2.2.3.	Componente ‘fatores ambientais’ (e).....	57
2.2.4.	Classificação de ‘nd’ (não definida)	58
2.3.	Análise por componentes, categorias, unidades e subunidades de classificação	59
2.3.1.	Componente ‘funções do corpo’ (b) e categorias	59
2.3.2.	Componente ‘atividades e participação’ (d) e categorias	60
2.3.3.	Componente ‘fatores ambientais’ (e) e categorias	62
2.3.4.	Classificação ‘nd’ (não definida) e categorias.....	63
2.4.	Comparação dos resultados obtidos com a <i>Checklist</i> geral da CIF.....	63
2.4.1.	UC mapeadas no presente estudo e as da <i>Checklist</i> geral CIF.....	64
2.4.2.	UC que constam na <i>Checklist</i> geral da CIF e não mapeadas no presente estudo	65
2.4.3.	UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na <i>Checklist</i> geral da CIF.....	66
CAPÍTULO IV - DISCUSSÃO		67
CONCLUSÃO		77
BIBLIOGRAFIA		79
ANEXOS		86

Índice de tabelas

Tabela 1 – Caracterização geral da amostra quanto ao gênero, idade, escolaridade e n.º de filhos.....	42
Tabela 2 - Caracterização geral da amostra quanto ao tipo de perda, tempo de perda, toma de medicação e tipo de luto	43
Tabela 3 - Caracterização breve da história pessoal da amostra até ao falecimento do cônjuge	45
Tabela 4 – ‘Mudanças na vida’ por ID, UC e SUC.....	47
Tabela 5 – ‘Superação da dor’ (consciência da dor) por ID, UC e SUC	48
Tabela 6 – ‘Estratégias do dia a dia’ por ID, UC e SUC.....	49
Tabela 7 – ‘Apoios físicos e humanos’ por ID, UC e SUC	51
Tabela 8 – ‘O que mais gosta de fazer’ por ID, UC e SUC	52
Tabela 9 – ‘O que menos gosta de fazer’ por ID, UC e SUC.....	53
Tabela 10 - ‘Funções do corpo’ (b) por ID, UC e SUC.....	54
Tabela 11 - ‘Atividades e participação’ (d) por ID, UC e SUC.....	55
Tabela 12 - ‘Fatores ambientais’ (e) por ID, UC e SUC	57
Tabela 13 - Classificação de ‘nd’ (não definida) por ID.....	58
Tabela 14 - ‘Funções do corpo’, UC e SUC por categorias.....	59
Tabela 15 - ‘Atividades e participação’ UC e SUC por categorias.....	60
Tabela 16 - ‘Fatores ambientais’ UC e SUC por categorias.....	62
Tabela 17- Classificação ‘nd’ por categorias.....	63

Índice de quadros

Quadro 1 – Correspondência das UC mapeadas no presente estudo e as da <i>Checklist</i> geral da CIF	64
Quadro 2 - UC da <i>Checklist</i> geral da CIF e não mapeadas no presente estudo	65
Quadro 3 - UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na <i>Checklist</i> geral CIF	66

Índice de anexos

Anexo I – Parecer da Comissão de ética.....	87
Anexo II –Folha de Informações	89
Anexo III – Protocolo	90
Anexo IV- Transcrição de entrevistas	94
Anexo V – Análise por categorias e mapeamento à CIF	268
Anexo VI - Categorias (da entrevista) referenciadas pela CIF	357
Anexo VII - <i>Checklist</i> CIF	376

INTRODUÇÃO

O aumento do índice de envelhecimento demográfico é um fenómeno global do século XXI. Nas últimas décadas tem-se vindo a verificar o aumento interrupto do número de pessoas idosas. Se em 1990 esta população representa 9,2%, estima-se que em 2050 será de 21,1% (INE, 2015). No caso de Portugal, o índice de envelhecimento em 2014 era de 141, ou seja, por cada 100 jovens existiam 141 pessoas idosas (INE, 2015).

O processo de envelhecimento está associado as perdas biológicas com um carácter cumulativo, bem como a outro tipo de perdas psicológicas e sociais, como a perda de entes querido. Embora a sociedade considere a morte como evidente e inevitável, continua a atribuir-lhe uma conotação negativa, evitando-se falar sobre o assunto e, deste modo, a encará-la como *tabu* (Berger & Mailloux-Poirier, 1995a; Kübler-Ross, 1996; Oliveira, 1998).

A perda de um ente querido é um evento típico e marcante para as pessoas, sobretudo se se tratar da perda do cônjuge, em que é atribuído à pessoa enlutada um novo estatuto social: o de viúva (Benincá, Costella, & Vivian, 2006). Considera-se que a viuvez é um acontecimento que ocorre, geralmente, em fase de idade avançada (Silva & Ferreira-Alves, 2012). Para além de se sofrerem alterações associadas à velhice, a perda do cônjuge acarreta alterações associadas as várias demandas sociais e psicológicas, como os problemas associados ao luto e com repercussões na saúde em geral e na capacidade em executar atividades no quotidiano (Berger & Mailloux-Poirier, 1995b). Embora existam redes de apoio na comunidade, estas nem sempre são suficientes para responder à diversidade dos problemas resultantes do processo de luto. Neste sentido, entende-se que há uma maior necessidade em oferecer políticas e programas de apoio a pessoas idosas que se encontram enlutadas, com o objetivo de prevenir ou trabalhar as limitações diagnosticadas, ou seja, estando em luto normal ou em já em luto complicado.

Uma vez que a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) é uma ferramenta que permite avaliar a funcionalidade nas várias dimensões do indivíduo (SNRIPD, 2005), considera-se pertinente utilizá-la em contexto do processo de superação do luto. Para tal, este estudo propõe-se compreender se é ou não adequado mapear as circunstâncias associadas ao processo de luto com o referencial CIF.

Com uma amostra de 14 participantes, o presente estudo tem como objetivo mapear, no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o processo de superação de luto pela perda do cônjuge em pessoas idosas com idade igual ou superior a 60 anos e que vivem na comunidade. Encontra-se dividido em duas partes: a do enquadramento teórico e a do enquadramento metodológico e empírico.

Na primeira parte apresenta-se uma revisão teórica dos temas, onde se aborda o conceito de luto, os diferentes tipos existentes, as manifestações associadas, bem como o processo, as estratégias de superação e a revinculação inerentes ao luto por perda do cônjuge nas pessoas idosas e, em particular, no contexto da comunidade. Para além disso, faz-se ainda uma abordagem à CIF, em relação à sua organização e de que forma poderá ser utilizada no mapeamento ao processo de superação do luto.

Na segunda parte deste estudo apresenta-se o enquadramento metodológico e empírico onde se descrevem os instrumentos e a metodologia utilizada, a apresentação e leitura dos resultados e, por fim, a discussão dos resultados obtidos.

CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Este primeiro capítulo apresentará um breve enquadramento teórico referente ao luto, que permitirá compreender o seu conceito e os diferentes tipos existentes, bem como as manifestações a ele associadas e o inerente processo de superação. Será referenciado o luto por perda do cônjuge nas pessoas idosas e, em particular, no contexto da comunidade. Concomitantemente retratará as estratégias de superação nas pessoas idosas e, em especial, naquelas que residem na comunidade. Posteriormente, será abordada a revinculação sequente ao processo de luto. O capítulo terminará com a associação entre o processo de superação de luto e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

1. O processo de luto

O luto é considerado uma reação fisiológica e psicológica à perda, que suscita sintomas físicos e mentais que afetam a saúde e a capacidade de realizar atividades do quotidiano (Berger & Mailloux-Poirier, 1995b). Para Freud (1917) e Bowlby (1980), o luto é uma reação à perda da pessoa amada ou de alguma outra perda. O conceito “trabalho de luto” foi desenvolvido por Freud (1917), caracterizando-o como um processo lento e doloroso, de desinteresse pelo mundo exterior e de perda da capacidade de criar novos vínculos amorosos. Por sua vez, Bowlby (1980) foi o criador da teoria do apego e o pioneiro na abordagem do desenvolvimento humano, em que implicou estudar as reações face à perda do apego.

Décadas mais tarde, surgiram outros desenvolvimentos: para Parkes (1998) e Worden (2002) o luto não é um estado, mas sim um processo psicossocial transitivo, que cria impacto em todas as dimensões do ser humano. Para Rebelo (2004), o luto é a perda do objeto de ligação significativa pela presença da vinculação afetiva.

O processo de luto requer que a pessoa enlutada se desvincule do objeto de vinculação que antes proporcionava uma sensação de prazer e bem-estar, segurança física e emocional (Ainsworth, 1991; Rebelo, 2009). Porém, essa desvinculação causa um ‘vazio’ na pessoa

enlutada, causando um estado de ansiedade e um sentimento de dor e de medo por achar que não conseguirá reverter a situação, originando a necessidade de manter e criar relações afetivas (Ainsworth, 1991; Weiss, 1991; Rebelo, 2009).

Existem diferentes tipos de perdas que podem motivar a ocorrência do processo de luto, podendo categorizar-se em cinco tipos (Rebelo, 2004): (1) perda da pessoa amada causada pela emigração, divórcio, entre outras situações, ou por morte; (2) perda de uma fantasia de afeto, como a causada por um aborto ou por alguma deficiência física ou mental; (3) perda de amor-próprio ou perda de uma parte do corpo; (4) perda relacionada com a representação social, seja a nível das qualificações, do estatuto profissional, do desemprego, entre outros; e a (5) perda de objetos e/ou animais com um grande valor afetivo. Embora todas estas perdas referidas tenham uma atribuição afetiva, a perda de um ente querido, seja por afastamento, seja por morte, é considerada uma das mais devastadoras, pelo que importa atender às circunstâncias em que essa ocorreu.

Nesse sentido, podem referir-se quatro determinantes que influenciam o tipo de luto pela perda de um ente querido (Rebelo, 2004): (1) grau de vinculação; (2) personalidade da pessoa enlutada; (3) tipo de apoio que possui e (4) nível da aceitação social.

O luto normal e o luto complicado não se diferenciam pela forma como a perda ocorre, mas sim pela intensidade dos sintomas manifestados. Veja-se a sua caracterização.

2.1. Luto normal

O luto normal é caracterizado pelo sofrimento, pela procura do ente querido, pela diminuição de interesse pelo exterior, pela perda da capacidade de amar e pela forte inibição de atividade (Freud, 1917; Arizmendi & O'Connor, 2015). Este processo manifesta-se pela elevada angústia que ao longo do tempo tende a diminuir, dando-se assim a desvinculação, que surge durante um período de tempo (de 6 a 12 meses), sem deixar indícios na pessoa. O luto é resolvido quando a pessoa aceita a morte e consegue integrar a perda na sua vida diária através das boas recordações do ente querido (Freud, 1917). Concomitantemente, surge a necessidade de conviver com familiares e amigos de forma a partilhar o sofrimento e a reassumir novos vínculos (Rebelo, 2004). Quando o processo de luto não é superado, poder-se-á tratar de um luto complicado, uma vez que tende a uma maior duração para lidar com os aspetos inerentes à desvinculação (Freud, 1917; Rebelo, 2004). Considera-se fulcral a vivência e a expressão de sentimentos para a superação da perda, pelo que a toma de medicação com o objetivo de evitar os sintomas comuns pode provocar um luto complicado (Rebelo, 2004).

Existe um conjunto de manifestações, quer a nível psíquico, quer somático, que caracteriza o comportamento da pessoa que se encontra em luto normal.

2.1.1. Sintomas psíquicos e somáticos no luto normal

A pessoa enlutada manifesta um conjunto de sintomas que não seguem uma ordem específica: (i) psíquicos e (ii) somáticos.

Os (i) sintomas psíquicos referem-se a: (1) sentimentos, (2) cognição e (3) comportamentos. A nível dos (1) sentimentos a pessoa enlutada é confrontada pela (Worden, 2002; Barbosa, 2010): (a) tristeza (geralmente manifestada através do choro, o qual não se deve impedir que seja vivenciado pois poderá levar ao luto complicado); (b) raiva (frustração pela incapacidade de impedir a morte); (c) culpa (por devido a alguma situação em que se considera ter havido negligência); (d) ansiedade (insegurança que resulta do medo de não ser capaz de cuidar de si mesmo e da percepção da sua própria morte. Este sentimento diminui durante o processo normal de luto, caso contrário pode-se tratar de um luto complicado); (e) solidão (não se sai de casa por se considerar como o sítio de maior segurança); (f) fadiga (apatia ou indiferença, o que pode ser perturbador para uma pessoa que normalmente é ativa); (g) incapacidade de agir (vivenciada na fase inicial da perda, em que pode gerar alguma desorientação); (h) choque (ocorre sobretudo nos casos de morte súbita); (i) entorpecimento (insensibilidade nos sentimentos) e (j) alívio (após a morte do ente querido, sobretudo se este estava em fase terminal. O alívio é muitas vezes acompanhado pelo sentimento de culpa, dado que deseja-se que a pessoa sobreviva e, ao mesmo tempo, que faleça para acabar com o sofrimento). No que diz respeito ao segundo nível dos sintomas psíquicos, a (2) cognição, pode surgir (Barbosa, 2010; Worden, 2002): (a) descrença (geralmente o primeiro pensamento após a notícia da morte, sobretudo na morte súbita); (b) confusão (momentos de esquecimento, dificuldade em ordenar os pensamentos); (c) preocupação (pensamentos intrusivos e obsessivos de como recuperar a pessoa perdida); (d) sensação de presença (pensamento que o ente querido ainda se encontra presente, estando subjacente o sentimento de ansiedade); (e) dificuldade de concentração; e (f) alucinações (durante as primeiras semanas é frequente ter alucinações visuais e/ou auditivas). Por fim, os sintomas (3) comportamentais, que são comuns após a perda, mas que geralmente desvanecem com o tempo (Parkes, 1998; Worden, 2002; Barbosa, 2010): (a) distúrbio do sono (dificuldade em dormir ou em acordar cedo, pois as lembranças dolorosas tendem a surgir. É comum nas primeiras 6 semanas, mas caso persista pode ser um

indicador de perturbação depressiva); (b) distúrbio de apetite (redução de apetite ou aumento de apetite); (c) comportamento de distração (agir de forma distraída); (d) isolamento social (perda de interesse pelo exterior, de conviver. Contudo, geralmente não se perde o interesse pelos meios de comunicação, como a televisão e a internet. Este comportamento dá-se por pouco tempo e tende a desaparecer sem qualquer intervenção); (e) sonhos com o ente querido (sonhar ou ter pesadelos com o ente querido); (f) evitar lembranças do ente querido (indicador de uma relação ambivalente com o ente querido); (g) procurar e chamar pelo ente querido (procura pelo ente querido); (h) suspirar; (i) hiperatividade/agitação (logo após à morte do ente querido); (j) chorar; (l) visitar sítios ou transportar consigo objetos que lembrem o ente querido; e (m) guardar objetos do ente querido (característica normal face à tristeza sentida; no entanto, se esta se mantiver até ao final do processo de luto, pode ser um indicador de luto complicado).

No que concerne aos (ii) sintomas somáticos característicos do processo de luto normal, estes tendem a se manifestar através (Parkes, 1998; Worden, 2002; Barbosa, 2010): (a) dor de estômago; (b) aperto no peito e nó na garganta; (c) dores musculares; (d) hipersensibilidade ao barulho; (e) sensação de despersonalização (nada parece real); (f) dispneia; (g) falta de energia; e (h) sensação de boca seca.

2.2. Luto complicado

O luto complicado caracteriza-se por a pessoa criar um conflito com o objeto de vinculação perdido resultando numa ambivalência de sentimentos (raiva e amor), o que leva à dificuldade da aceitação da perda (Freud, 1917). Este tipo de luto manifesta-se essencialmente pela reação emocional de dor prolongada e pela ansiedade provocada pela privação do ente querido (Shear, Ghesquiere, & Glickman, 2013; Arizmendi & O'Connor, 2015). Para além disso dá-se uma diminuição da autoestima, de culpabilização pelo sucedido e pela existência de comportamentos de autopunição. O sentimento de culpa não está só direcionado à pessoa perdida como também contra si mesma, podendo idealizar o suicídio (Freud, 1917; Bryant, 2014). Neste tipo de luto os sintomas persistem mais de 12 meses após a morte do ente querido, causando quer problemas a nível emocional quer a nível psicossocial (APA, 2013; Bryant, 2014; Arizmendi & O'Connor, 2015).

Apesar de o luto complicado e a depressão terem sintomas idênticos (Araújo & Neto, 2014; Bryant, 2014), as características estão bem diferenciadas no *Diagnostic and Statistical Manual*

of *Mental Disorders* (DSM). O DSM-V refere um conjunto de critérios que caracteriza o seu diagnóstico na designação “transtorno de luto complexo persistente”, considerando-se uma condição que requer um estudo mais aprofundado (APA, 2013). Considera-se que há um conjunto de fatores que aumentam a probabilidade de um luto complicado (Berger & Mailloux-Poirier, 1995b): (i) característica do ente querido (mãe jovem, filho, irmão de infância, companheiro); (ii) circunstâncias da perda (súbita, traumática, prolongada de sofrimento); (iii) vulnerabilidade pessoal (personalidade mal adaptada, sistema pessoal e/ou familiar de perturbação psiquiátrica, estilo de vinculação, frequência de lutos mal resolvidos); (iv) natureza da relação com o ente querido (ambivalente e excessiva dependência em relação à segurança); (v) apoio familiar e social (disfunção familiar, isolamento, alienação pela percepção de fraco apoio social e projetos de vida não orientados, no que se refere aos rituais de uma religião, por exemplo); e (vi) insatisfação com os cuidados de saúde (dificuldades diagnósticas, percepção que a morte poderia ter sido evitada, relações disfuncionais com os profissionais de saúde). A prevalência deste tipo de luto é de 2,4 a 4,8%, sendo mais frequente nas mulheres (APA, 2013).

2.2.1. Sintomas psíquicos e somáticos no luto complicado

O que distingue as manifestações do luto complicado do luto normal é a duração dos seus sintomas (Freud, 1917). Neste sentido, podem referir-se sintomas (i) psíquicos e (ii) somáticos. Os sintomas (i) psíquicos podem-se dividir em (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011; APA, 2013): (1) sentimentos, (2) cognição e (3) comportamentos. A nível dos (1) sentimentos a pessoa enlutada é confrontada pela: (a) procura persistente do ente querido; (b) dor emocional em resposta à morte; (c) entorpecimento; (d) raiva e amargura pela perda; (e) culpabilização; (f) solidão; (g) sentimento de vida vazia; e (h) irritabilidade excessiva. A nível da (2) cognição pode surgir (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011 APA, 2013): (a) preocupação com o ente querido e pelas circunstâncias da morte; (b) descrença; (c) confusão pelo papel a ter na própria vida; (d) alucinações; e (e) fobia de doença ou de morte relacionada com o ente querido. Por fim, os sintomas (3) comportamentais referem-se (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011; APA, 2013): (a) isolamento social; (b) procura ou evitamento de lembranças (que relembrem o ente querido); (c) comportamentos autodestrutivos (consumo excessivo de álcool, drogas e idealização suicida); e (d) dificuldade em confiar nas outras pessoas.

No que se refere aos sintomas (ii) somáticos, os mais comuns são (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011; APA, 2013): (a) problemas digestivos; (b) pesar (dor); e (c) sintomas idênticos aos que o ente querido sentiu antes da morte.

2.3. Superação do processo de luto

O processo de luto implica uma mudança que não pode ser consciencializada de uma só vez. Com o passar do tempo a pessoa desvincular-se-á do ente querido e tomará consciência da perda para reinvestir no seu Eu (*self*) que tinha sido projetado no e com o outro (ente querido) (Freud, 1917; Parkes, 1998). Após o primeiro contributo de Sigmund Freud no estudo do processo do luto, foram surgindo diferentes perspetivas da compreensão do processo do luto, em que alguns autores consideram que este deve organizar-se por estágios, outros por fases e, outros ainda, por tarefas. Os estágios e as fases subentendem que o enlutado passa por esse período de tempo, de uma forma mais ‘passiva’, enquanto as tarefas são compreendidas como uma ação em que o enlutado tem de fazer alguma coisa (Worden, 2002).

2.3.1. Modelos teóricos de superação do processo de luto

Diferentes autores desenvolveram as suas teorias sobre a sequência da superação do processo de luto. De entre as existentes, passa-se a fazer uma breve descrição da ‘teoria do trabalho de luto’ (Freud, 1917), da ‘teoria da vinculação’ (Bowlby, 1980; Parkes, 1998), do ‘modelo de Kübler-Ross’ (1996), da ‘teoria das tarefas do luto’ (Worden, 2002), do ‘modelo Processo Dual de Lidar com o Luto’ (Stroebe & Schut, 1999) e da ‘teoria de Rebelo’ (2013).

Na teoria desenvolvida por Sigmund Freud (1856-1939), a vinculação é considerada um fator condicionante do processo do luto. Apesar do enlutado admitir racionalmente a perda, não é capaz de aceitar emocionalmente a privação, o que faz com que procure o ente querido, recordando-o com saudades (Freud, 1917, cit. por Clewell, 2004). O facto de não reconhecer a realidade e de viver na constante procura pelo ente querido pode levar, no entender do autor, a um luto complicado, considerando assim que a perda de um ente querido é correr o risco de quebrar a integridade psíquica. Esta teoria foi denominada como ‘teoria de trabalho de luto’ na medida em que o objetivo final visa a desvinculação do ente querido. A este “trabalho do luto” são inerentes algumas manifestações por parte da pessoa enlutada: (i) tem pensamentos sobre o ente querido, apenas; (ii) tem lembranças dolorosas constantes devido à experiência

da perda; e (iii) apresenta tentativas de encontrar a justificação da perda, seja para as associar às crenças ou para as modificar. Neste modelo teórico entende-se que algumas pessoas superam o processo de luto enquanto outras mantêm as inquietações em relação ao ente querido.

John Bowlby (1907-1990) foi o pioneiro do estudo do desenvolvimento humano em relação aos padrões típicos de resposta à perda do cônjuge durante o primeiro ano. Em 1980 desenvolveu a ‘teoria da vinculação’, tendo esta sido ampliada em 1983 por Collin Parkes (1928-...), que engloba quatro fases: a (i) de entorpecimento; a (ii) de anseio e procura do ente querido; a (iii) de desorganização e desespero; e a (iv) de maior ou menor grau de reorganização.

No que diz respeito à primeira, a (i) fase de entorpecimento, a reação à notícia é expressa por raiva, euforia, medo e pânico, podendo durar horas ou semanas. Caracterizada pelo sentimento de dor aguda, pela inquietação e pela ansiedade, provoca alterações no funcionamento corporal, quer a nível físico, quer do sistema nervoso (dá-se uma aceleração do coração, uma sensação de boca seca e um cansaço extremo) (Parkes, 1998; Doll, 2011). Na (ii) fase de anseio e procura do ente querido, a pessoa expressa angústia, agitação, insónia e raiva por não ter conseguido evitar a perda. Por vezes, a pessoa continua a manter os rituais do dia a dia como se o ente querido estivesse presente, ou como se fosse uma forma de o reencontrar/recuperar (Bowlby, 1980; Parkes, 1998). Esta fase pode durar meses ou anos, e em que a procura persistente pode conduzir a episódios alucinatórios; porém, estes tendem a tornar-se menos frequentes com o passar do tempo; Na (iii) fase da desorganização e desespero o enlutado reconhece a perda do ente querido e reage com desespero, tristeza, medo, desamparo, ansiedade, apatia ou agressividade (muitas vezes consigo mesmo) e recusa ter atividade social. Surge esta necessidade de se isolar pela falta da pessoa que lhe transmitia segurança e apoio, passando a estar representados pela família e pelos amigos (Parkes, 1998). A pessoa evita pensar e ter lembranças do ente querido para não sofrer uma ambivalência de emoções (dor e prazer das lembranças). A ocupação do tempo com tarefas específicas é uma estratégia de evitamento (‘fuga’) da dor do luto, contudo tendem a surgir dificuldades de concentração devido aos pensamentos persistentes da perda. À medida que o tempo passa a intensidade do luto tende a diminuir, o que significa que a pessoa já não necessita de evitar a dor. Por último, na (iv) fase de maior ou menor grau de reorganização, o enlutado reorganiza o seu desempenho nos papéis, o que geralmente implica a aquisição de novos: os que antes

eram desempenhados pelo ente querido. Apesar de poder continuar a sentir solidão, especialmente à noite, a pessoa tende a ganhar maior autonomia, confiança e independência.

Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004) foi uma das pioneiras no estudo sobre o processo de morte através da observação de doentes em fase terminal e da forma como as suas famílias reagem (Afonso & Minayo, 2013), desenvolvendo a sua própria teoria em 1996. Esta, que se relaciona com o processo de morte e com o do luto, divide-se em cinco estágios: o da (i) negação e isolamento; o da (ii) raiva; o da (iii) negociação, o do (iv) desespero; e o da (v) aceitação.

No primeiro estágio, o da (i) negação e isolamento, o enlutado tem uma reação apática e sente a necessidade de procurar outros profissionais ou de fazer novos exames na esperança de haver uma outra notícia. Esta negação poderá ser substituída por uma aceitação parcial quando a pessoa está predisposta a falar sobre o assunto. No estágio da (ii) raiva, a negação é substituída pelo sentimento de raiva para com todos os que a rodeiam, seja família, amigos ou profissionais de saúde. O terceiro, o da (iii) negociação, ocorre quando a pessoa dá conta que a morte se aproxima, tentando criar um 'acordo' para adiar a mesma. Se a pessoa for religiosa irá tentar negociar com a(s) sua(s) divindade(s), se não o for, tentará negociar consigo mesma (por exemplo, se eu fizer isto posso aumentar o meu tempo de vida). No quarto estágio, o do (iv) desespero, a pessoa sente que não pode continuar a negar e perde a esperança, ou seja, diminui as expectativas e as exigências tidas até então. Por fim, o quinto e último estágio, o da (v) aceitação, a pessoa aceita a morte com tranquilidade.

A teoria de Kübler-Ross deu destaque ao processo vivenciado por doentes terminais, sendo considerado um marco no estudo do processo de luto, incentivando outros investigadores a prosseguirem esta temática (Silva & Ferreira-Alves, 2012).

Em 1991 surgiu a 'teoria das tarefas luto' desenvolvida por William Worden, que considerou quatro tarefas: (i) aceitar a realidade da perda; (ii) trabalhar a dor da perda; (iii) adaptar-se ao novo ambiente sem o ente querido; e (iv) reposicionar emocionalmente o ente querido e continuar a viver.

No que diz respeito à primeira tarefa, a (i) 'aceitar a realidade da perda', o enlutado nega a realidade e assume comportamentos de proteção, mantendo os bens do ente querido com a esperança que volte. Esta negação está particularmente presente nos casos de morte súbita e nos casos em que o enlutado não viu o corpo do ente querido. Na segunda tarefa, (ii) 'trabalhar a dor da perda', o enlutado, que tende a sentir dor física e emocional, geralmente

entendida como tristeza, ansiedade, raiva, culpa e solidão. Porém, procura manter uma interação com a sociedade no sentido de o ajudar a ultrapassar a dor. Pode haver uma tendência para rejeitar lembranças do ente querido através de outras distrações ou então algum consumo de estupefacientes como álcool ou drogas para negar a dor e a disforia sentidas. No que concerne ao (iii) 'adaptar-se ao novo ambiente sem o ente querido' concerne, após 3 ou 4 meses surge a necessidade de adotar novos papéis. Contudo, nem sempre a pessoa enlutada tem essa capacidade, o que poderá causar problemas de autodefinição, autoestima e autoeficácia, sobretudo em pessoas que estavam bastantes dependentes do ente querido. Na última tarefa, a (iv) 'reposicionar emocionalmente o ente querido e continuar a viver', enlutado reorganiza-se emocionalmente em relação ao ente perdido, estando disponível para reinvestir num novo relacionamento - o que não significa que o esqueça. O luto termina quando a pessoa enlutada não tem a necessidade de reavivar com intensidade o ente querido (Volkan, 1985, cit. por Worden, 2002). Para muitas pessoas esta é a tarefa mais difícil de realizar e, no caso de não ser concretizada, a sua vida corre o risco de estagnar e ficar no terceiro patamar.

O modelo do Processo Dual de Lidar com o Luto (*Dual Process Model of Coping with Bereavement*), desenvolvido Margaret Stroebe e Henk Schut em 1999, pretende integrar outros modelos teóricos, bem como completar as dinâmicas de experiências de luto noutras culturas que não estão presentes nas teorias clássicas (Doll, 2011). Este modelo tem como objetivo não só abordar a perda, mas também a experiência de stresse relacionada com o restabelecimento do quotidiano.

Este processo divide-se em duas orientações: a (i) para a perda e a (ii) para o restabelecimento. Ambas influenciam a pessoa enlutada a utilizar estratégias de *coping* adaptativo, ou seja, umas vezes confrontará a realidade e outras evitá-lo-á, ao que se dá o nome de oscilação (componente do processo dual). No que concerne à (i) orientação para a perda, a pessoa enlutada dá atenção à própria experiência de perda concentrando-se na relação estabelecida com o ente querido, envolvendo a reminiscência dos laços criados (como por exemplo, a necessidade de ver fotografias). No que diz respeito à (ii) orientação para o restabelecimento, o enlutado tem de se ajustar à perda do ente querido e às mudanças secundárias da perda, criando uma nova identidade. Há a necessidade de lidar e dominar tarefas antes realizadas pelo ente querido (como por exemplo, gerir as finanças ou cozinhar). Ao confrontar-se com essas mudanças podem surgir sentimentos de orgulho ou de desespero em virtude de conseguir ou não desempenhar esses novos papéis.

Durante o processo de luto a pessoa tende a alterar as suas estratégias de *coping* - umas vezes para a orientação da perda, outras para a orientação do restabelecimento, possibilitando um maior equilíbrio. Os autores consideram que algumas pessoas adotam estratégias de *coping* de confronto em relação à perda ao evitar, por exemplo, ter recordações para que consigam reestruturar a sua vida. Todavia, ressaltam que há evidências de que as estratégias de *coping* de evitamento também são uma reação de autoproteção por forma a evitar problemas físicos ou mentais no processo do luto. Daí, no seu entender, a importância da oscilação das orientações. Neste sentido, a oscilação é compreendida como um processo dinâmico e cognitivo fundamental para um confronto bem-sucedido. O facto de apresentar um mecanismo regular de 'confronto' em oposição ao 'evitamento' acabava por ser considerado um modelo robusto como sinalizador de indicadores de evolução da experiência do luto.

Mais de uma década passada, surge a 'teoria de Rebelo' (2013) que considera a necessidade do enlutado de libertar os sentimentos negativos com o intuito de ter um equilíbrio interior, permitindo vivenciar momentos ajustados para ultrapassar as quatro fases do processo de luto: (i) tempo para o choque; (ii) tempo para a descrença; (iii) tempo para o reconhecimento; e (iv) tempo para a superação.

A primeira fase, a do (i) 'tempo para o choque', é caracterizada pela tomada de consciência da morte do ente querido. Os rituais de choro, tristeza e a participação no funeral são atos importantes para a possível desvinculação com o ente querido, embora nem sempre o enlutado expresse o seu sofrimento emocional. Esta fase geralmente termina pouco tempo após o funeral (entre uma a quatro semanas) ou por mais tempo caso as condolências se proloquem. Na segunda fase, a do (ii) 'tempo para a descrença', o enlutado vive em constante incertezas acerca do que aconteceu, desejando que tal não tivesse acontecido. Durante esse tempo há uma procura emocional do ente querido, emergindo saudades, desejo de reencontro, sonhos e alucinações. Ao final de um ano o enlutado começa a compreender que não pode continuar a procurar o ente querido. Na fase (iii) 'tempo para o reconhecimento', o enlutado reconhece que a perda é irreversível e vive uma desorganização emocional, ocorrendo manifestações de raiva, culpa, episódios depressivos e inicia-se o desapego pelo ente querido. Esta desorganização termina quando a perda for aceite pelo enlutado. Tendencialmente, esta fase decorre durante um ano; no entanto, se ocorrer por um maior ou longo período de tempo, não significa que esteja em luto complicado. Esse período pode ser causado pelo tipo de morte, pela dificuldade em gerir as emoções e pelas pressões sociais

relativamente à expressão do luto. O enlutado reformula a segurança que lhe permite ter um bem-estar e sentir-se confortável para criar novas vinculações, estando capaz reinvestir no seu 'eu' (*self*). A última fase, (iv) 'tempo para a superação' caracteriza-se pela tomada de posição da entre a aceitação ou a conformação. A perda provocou uma forte angústia, mas à medida que se desvincula do ente querido, o enlutado vai aceitando o sucedido. A superação por aceitação conduz à desvinculação plena do ente querido, permitindo que o enlutado crie novos papéis. Este tipo de superação é comum nos casos de perda dos pais ou do cônjuge. O(a) viúvo(a) que termine o luto está capaz de reinvestir numa nova vinculação que lhe transmita segurança e estabilidade física e emocional. Já nos casos de perdas em que há uma maior probabilidade de o enlutado não aceitar a morte por não ser possível a total desvinculação - como a perda de filhos o enlutado tende antes conformar-se com ela, permanecendo um sentimento de "agridoce" nesse processo de superação (Rebelo, 2013, p. 120).

Atendendo a todos os modelos teóricos apresentados anteriormente e que o processo de luto não é igual para todas as pessoas, entende-se que esse não seja delimitado de forma estanque no tempo: cada pessoa vivencia-o de maneira diferente, sendo que umas durante meses, outras anos ou até mesmo durante o resto das suas vidas (Parkes, 1998; Rebelo, 2004).

2.3.2. Determinantes no processo de superação do luto

A superação do luto pode ser influenciada por vários determinantes como a característica do ente querido, a idade e o género, as circunstâncias da perda, os novos papéis que têm que desempenhar, o tipo de relação conjugal e familiar, a existência ou não de descendentes, o nível de escolaridade, a personalidade e o estado de saúde.

O primeiro aspeto a influenciar a superação da perda é determinado pela característica do ente querido. Se a perda for um filho a pessoa tende a não aceitar mas sim conformar-se, enquanto se for a do cônjuge é possível haver aceitação (Rebelo, 2013). A perda do cônjuge acarreta uma complexidade e dificuldades na vida da pessoa pelo confronto de novos desafios que são influenciados quer idade quer pelo género (Silva & Ferreira-Alves, 2012).

A perda do cônjuge na velhice segue padrões diferentes do das pessoas na idade de jovem adultez (Doll, 2011). As pessoas mais novas estão mais predispostas a criar uma nova relação

no sentido de reconfigurar a vida, o que já não é tão expectável acontecer às pessoas idosas devido ao declínio biológico e psicossocial (Trentini et. al., 2005, cit. por Benincá et al., 2006).

A morte, culturalmente, tende a ser melhor aceite com o aumento da idade (Kovács, 2009, cit. por Gomes, Loureiro, & Alves, 2012). Enquanto que as pessoas jovens tendem a sentir uma vitalidade, força e coragem que as leva a não conceber a sua própria morte, as pessoas idosas tendem a considerar que esta pode ocorrer de um dia para o outro (Silva, 2012a; Gomes et al., 2012). Tal pode ser explicado pelo facto de as pessoas idosas vivenciarem ao longo da sua vida múltiplas perdas, o que se traduz numa alteração de pensamento acerca da morte e na aquisição de estratégias de controlo emocional que lhes permite ter uma melhor superação em situações de perda (Rebelo, 2004; Benincá et al., 2006; Doll, 2011). Em comparação com as pessoas jovens, as idosas tendem a sofrer um menor impacto emocional e a manifestar uma menor incidência depressiva, mas as consequências da perda são tão ou mais difíceis, bem como a recuperação, que tende a ser mais demorada e complicada (Doll, 2011). O estudo de Davidson (2000, cit. por Doll, 2011), relativo à perda do cônjuge, aponta para uma diferenciação consoante a idade dos viúvos: os homens mais jovens tendem a relacionar-se com outras mulheres de forma estável, porém sem coabitarem juntos, e os mais velhos tendem antes a desenvolver uma relação mais próxima com os filhos.

No que concerne ao género, Stroebe e Schut (1998) consideram que existem diferenças na oscilação da orientação de superação (ou para a perda ou para o restabelecimento) entre mulheres e homens. As mulheres tendem a ser mais direccionadas à orientação para a perda e a ter uma maior necessidade de confrontar as suas emoções do luto, enquanto os homens tendem a ser mais direccionados à orientação para o restabelecimento e a ser menos propensos a enfrentar as tarefas do luto (Stroebe, 1998). Ainda em relação ao género, num estudo realizado por Carr e colaboradores (2001) volvidos 18 meses após uma morte, os homens manifestaram níveis mais baixos de saudade quando se tratava de morte súbita do que esperada. No caso das mulheres, o resultado foi o oposto.

No que diz respeito à natureza da morte, essa tende a provocar respostas díspares no processo de luto, e consoante ainda se for luto normal ou complicado (Carr et al., 2001). Considera-se perda por morte súbita se for devida a um suicídio, desastre natural, entre outras situações em que o enlutado sabe que não poderia evitar a situação (Boss & Yeats, 2014). A morte súbita apresenta uma maior probabilidade da pessoa enlutada ter um luto complicado (Parkes, 1998; Sanders, 1993, cit. por Silva & Ferreira-Alves, 2012). Já a morte esperada (perda ambígua) dá-

se quando existem problemas de saúde há já algum tempo, como por exemplo, em casos de demência, de dependências, de doenças terminais (Boss & Yeats, 2014). Neste tipo de perda, o luto começa antes da própria morte (luto antecipatório), em que a pessoa enlutada prevê o que vai acontecer e, por esse motivo, tende conversar muitas vezes com a pessoa que está em fim de vida para atender aos seus desejos (Barbosa, 2010). Devido a esta circunstância, este tipo de morte tende geralmente a originar um luto normal.

Atendendo ao enfoque do presente estudo, o processo de luto por perda do cônjuge, a pessoa lida com uma série de mudanças que surgem no seu dia a dia, nomeadamente a alteração dos papéis conjugais. Nos casais tradicionais, o homem tende a assumir as funções de sustentar e administrar as questões financeiras da família e a mulher tende a ser a responsável pelo cuidado e gestão domésticos e pela educação dos filhos (Rebelo, 2009). Com as múltiplas mudanças na atual sociedade, o papel da mulher sofreu alterações, passando a ter um papel ativo e produtivo na economia global tal como o homem, significando uma repartição de tarefas entre o casal (Rebelo, 2009). Quando um dos cônjuges morre, as tarefas deixam de ser partilhadas e a pessoa viúva passa a ter que assumir novos papéis, o que pode acarretar uma certa dificuldade e, nalguns casos, alguma autodesvalorização (Benincá et al., 2006; Rebelo, 2009; Doll, 2011). Criando diferentes desafios à pessoa viúva e que podem dificultar a sua adaptação e o seu bem-estar (Lund, Caserta, & Dimon, 1993; Carr & Utz, 2002; Benincá et al., 2006; Rebelo, 2009; Zavalá, 2013; DiGiacomo, Lewis, Phillips, Nolan, & Davidson, 2015): as mulheres idosas viúvas tendem a sentir mais dificuldades em gerir as finanças/burocracias, visto se uma maior dependência do homem a nível socioeconómico e cultural, e a executar reparações na casa. Já os homens idosos viúvos tendem a sentir que perderam a confidente e a dona de casa e, aqueles que tinham uma grande dependência das mulheres têm mais dificuldades em realizar tarefas instrumentais, o que leva a que haja um elevado nível de ansiedade, em comparação com os homens que tinham menos dependência (Carr et al., 2000). Segundo Lund e colaboradores (1993) quanto mais competências a pessoa viúva tiver, maior será a capacidade para executar as tarefas do seu quotidiano e que, inclusivamente, quando são resilientes a executar as tarefas, desenvolvem uma maior autoestima do que quando o cônjuge era vivo.

Apesar das mulheres terem uma maior longevidade em relação aos homens, essas apresentam menos probabilidades em voltarem a casar pelo facto de não quererem cuidar de um outro homem que substitua o seu ente querido, pela resistência dos filhos ou por medo de perder

novamente a independência (Davidson, 2002; Rocha, Gobbi, & Mazzarino, 2006; Doll, 2011; Papalia & Feldman, 2013). Segundo a literatura, tendem a preencher o 'vazio' que possa surgir através da manutenção de relações sociais, nomeadamente na participação em atividades sociais (Carr, 2006). Por influência social e cultural, os homens não permanecem no estado civil de viúvo por muito tempo (Suzuki, Bento da Silva, & Falcão, 2012) e tendem a sentir-se mais motivados para voltar a casar do que as mulheres, sobretudo as mais velhas (Carr, 2006; Doll, 2011; Suzuki et al., 2012; Papalia & Feldman, 2013; Santos, Lopes, Vidal, & Gautério, 2013). Os homens idosos viúvos procuram ter uma nova relação e preferencialmente com mulheres mais novas (Benincá et al., 2006; Carr, 2006; Doll, 2011).

No que diz respeito ao processo de socialização e de expressão das emoções, este é diferente nas mulheres e nos homens. Normalmente, ao contrário dos homens, as mulheres têm mais disponibilidade e capacidade para se envolverem em novas atividades, em desenvolverem contactos emocionais e em reconhecerem a necessidade de apoio no processo de luto (Bilings & Moss, 1981; Folkman & Lazarus, 1989; McMulleu & Gross, 1983, cit. por Baarsen & Groenou, 2011; Rebelo, 2009). As mulheres conseguem manifestar o sofrimento com maior facilidade, desenvolvendo uma maior resiliência face aos problemas e sendo capazes de agir e de executar as atividades do quotidiano (Galicioli, Lopes, & Rabelo, 2012). Já os homens tendem a sofrer uma diminuição da participação social (Bennett, 1998) e a sentir dificuldades em expressar as suas emoções e sentimentos, o que pode dificultar na superação do luto (Rebelo, 2009; Galicioli et al., 2012). Contudo, com o passar do tempo, têm maior tendência para enfrentar emocionalmente a viuvez do que as mulheres (Baarsen & Groenou, 2011).

A relação conjugal que se tinha também é uma variável que influencia a vivência do processo de luto, nomeadamente na sua superação (Silva & Ferreira-Alves, 2012). Estudos referem que as pessoas que tiveram casamentos conflituosos tendem a evidenciar baixos níveis de dor e um menor tempo de luto (Carr et al., 2000; Carr & Utz, 2002, cit. por Doll, 2011). Em casamentos em que o casal apresentava uma grande proximidade e interdependência, a pessoa enlutada tende a ter um processo de luto intenso e prolongado.

Também o ambiente familiar em que a pessoa enlutada vive pode condicionar o processo de luto, podendo ser mesmo decisivo no que concerne aos sintomas depressivos, ansiedade e ao consumo de álcool ou drogas (Delalibera, Presa, Coelho, Barbosa, & Franco, 2015). Quando existe um bom relacionamento familiar, há uma maior adaptação no processo de luto, ao contrário das famílias que têm uma relação familiar limitada (Schuler, Zaidler, & Kissane, 2012).

Conflitos familiares não contribuem para a resolução do luto (Kissane, Bloch, Dowe, & Snyder, 1996). Podem identificar-se quatro tipos de famílias com reações distintas e manifestação de diferentes níveis de problemas psicossociais (Kissane et al., 2006): (i) famílias funcionais; (ii) famílias intermediárias; (iii) famílias hostis; e (iv) famílias disfuncionais.

No que diz respeito às (i) famílias funcionais, estas são capazes de tolerar os conflitos e as divergências de opinião têm uma perspectiva construtiva, apresentando um baixo nível de problemas psicossociais. As (ii) famílias intermediárias têm um baixo nível de conflito e estão propensas a ter problemas psicossociais, especialmente quando estão em processo de luto. Em relação às (iii) famílias hostis, estas têm um baixo nível de coesão e raramente expressam sentimentos, provocando um alto nível de conflito em que não existe a interajuda. Por último, as (iv) famílias disfuncionais têm uma taxa elevada de problemas psicossociais, o que dificulta o funcionamento familiar na adaptação à perda.

Outras variáveis que podem também determinar a superação do luto são ainda a existência ou não de filhos, a escolaridade e a personalidade dos enlutados.

Quanto à existência ou não de filhos, Rebelo (2009) considera que a adaptação ao 'novo' quotidiano será bastante mais difícil num casal de idosos que não tenha descendentes quando comparado com os que têm. No que à escolaridade diz respeito, há estudos que sugerem que quanto menor essa for, a pessoa enlutada sentirá menos pesar, o que indica uma melhor superação (Holland, Thompson, Rozalski, & Lichtenthal, 2014). Também a personalidade de cada pessoa pode condicionar a superação. Pessoas com poucas habilidades sociais ou psicológicas tendem a manifestar maiores dificuldades em desenvolver e manter relacionamentos e, neste sentido, a estarem mais propensas à solidão e a não conseguirem superar tão bem o luto (Windle & Woods, 2004, cit. por Gierveld, Tilburg, & Dijkstra, 2006). O mesmo pode acontecer a pessoas ansiosas que, por se sentirem insatisfeitas com a rede social, ou por não terem suporte suficiente para as auxiliar na superação, apresentem mais dificuldades na superação do luto (Jones & Carver, 1991, cit. por Gierveld et al., 2006). Num estudo desenvolvido por (Neto, 2000; Peplau & Perlman, 1982, cit. por Gierveld et al., 2006) constatou-se que as pessoas que estavam mais predispostas à solidão e, consequentemente, a uma pior superação, eram tendencialmente pessimistas, tímidas, com baixa autoestima, não assertivas ou insensíveis nas interações sociais.

De referir ainda que no que concerne ao estado de saúde, após dois a três meses da perda as pessoas enlutadas tendem a apresentar maiores implicações de saúde do que as após seis

meses, o que pode condicionar a superação do luto (Prigerson et al. 1997, cit. por. Holland, Fetterman, Thompson, Moran, & Gallagher-Thompson, 2013).

1. Luto por perda do cônjuge

A morte de um ente querido, em particular a perda do cônjuge, é uma circunstância dolorosa da vida, independentemente da fase em ela ocorre (Benincá et al., 2006). A perda do cônjuge é considerada uma experiência única e das mais stressantes do percurso de vida, uma vez que lhe é inerente a perda da pessoa que proporcionava amor, segurança, bem-estar, ou apenas companhia, e com quem se construiu uma história e objetivos de vida (Holmes & Rahe, 1967, cit. por. Bonanno et al., 2002; Lotterman, Bonanno, & Galatzer-Levy, 2014). Esta circunstância cria um forte impacto na pessoa enlutada, tanto pela tristeza causada pela ausência do cônjuge falecido como pelas mudanças que acarreta a nível socioeconómico e do estatuto social (Benincá et al., 2006; Doll, 2011).

O novo estado civil requer que a pessoa defina a sua identidade, podendo suscitar sentimentos de incapacidade e de insegurança (Both, Alves, Pereira, & Teixeira, 2013). Quando a pessoa passa a ser capaz de definir-se como ‘viúva’ significa que redefiniu o seu ‘eu’ (*self*) e adquiriu uma nova identidade (Parkes, 1998; Rebelo, 2009; Rubio, Wanderley, & Ventura, 2011). Neste sentido, o luto por perda do cônjuge tende a apresentar uma característica presente em lutos breves (Rebelo, 2013): o processo de superação tende a se ser resolvido pela aceitação (e não pela conformação), e em que a pessoa viúva poderá ficar predisposta a criar uma nova relação que lhe transmita segurança tanto física como emocional (Rebelo, 2013). A alteração do estado civil é, assim, um marco na desvinculação com o cônjuge, o que contribui para uma reorganização emocional (Rebelo, 2009).

A perda do cônjuge marca, assim, o início de uma nova fase na vida, em que a pessoa se apresenta à família e à sociedade com um novo estatuto social: o de viúva (Baldin & Fortes, 2008).

2.4. Viuvez nas pessoas idosas

A viuvez, geralmente associado à mulher e à longevidade feminina, é caracterizada por causar implicações psicossociais, que difere de pessoa para pessoa, devido às influências individuais, sociais e culturais (Benincá et al., 2006; Rocha et al., 2006; Doll, 2011; Silva & Ferreira-Alves,

2012; Suzuki et al., 2012). Verifica-se que é senso comum pensar-se que a pessoa idosa está preparada para a perda do cônjuge, contudo não se pode afirmar seja melhor ou pior na adultez avançada (ou 3.ª idade) do que noutra fase de vida. Há sim, padrões distintos devido às diferentes trajetórias de vida (Doll, 2011; Benincá et al., 2006): quanto maior tenha sido a trajetória do casal, o nível de recordações que irá influenciar a superação do luto tenderá a ser maior.

Independentemente das condições em que se dá a viuvez há implicações psicológicas, sociais e económicas que afetam a posterior vida do enlutado idoso (Benincá et al., 2006; C. M. Trentini, Werlang, Xavier, & Argimon, 2009). Essas tendem a acarretar uma complexidade de dificuldades, sobretudo a nível emocional e económico, devido às mudanças quer nas relações, e quer papéis sociais e à diminuição da capacidade financeira (Sequeira & Silva, 2002; Rubio et al., 2011; Silva & Ferreira-Alves, 2012). Para além disso, a viuvez está associada a um tema bastante abordado na área da gerontologia: a solidão que daí advém (Naef, Ward, Mahrer-Imhof, & Grande, 2013). Geralmente as pessoas idosas viúvas tendem a manifestar uma maior dificuldade em estarem sozinhas em lugares públicos, se bem que, sobretudo as mulheres, também tendem a ultrapassar esta dificuldade pela necessidade de assumirem novos papéis. Alguns autores consideram, inclusive, que esta fase da vida pode proporcionar uma maior autonomia, independência e oportunidade de criar novos papéis (Ferreira, Leão, & Andrade, 2008).

2.5. Viuvez nas pessoas idosas da comunidade

O fenómeno da viuvez nas pessoas idosas assume um significado consoante a culturas e os contextos da comunidade (rural e urbano) ou institucionais, devido às diferenças no apoio social existente (Doll, 2011; Wright, Rosato, & O'Reilly, 2015). Neste sentido, a manutenção da independência é o fator mais preocupante nas pessoas idosas viúvas. De uma forma geral não querem sobrecarregar os familiares e tendem a recorrer a recursos existentes na comunidade ou ingressar em instituições devido à viuvez.

Em geral, a comunidade dispõe de recursos de apoio satisfatórios, o que nem sempre acontece no contexto institucional. No contexto comunitário as pessoas viúvas tendem a ser apoiadas pelos amigos, família e vizinhos (Doll, 2011). Num estudo sobre a viuvez na comunidade pode constatar-se que as pessoas viúvas mantiveram um contato regular com a família, quer vivesse ou não com os filhos, ou que estes ajudavam na resposta às suas necessidades (Grau, 2002). Já

em contexto institucional, a processo de viuvez, que já é um processo complicado de adaptação, assume outros contornos. A institucionalização devida à viuvez vai exigir um ainda maior esforço de adaptação, causando outro grande impacto emocional: deixar a casa é uma das maiores perdas que a pessoa idosa viúva pode ter, pois significa perder a sua identidade e o espaço em que conseguia manter a ligação com o ente querido (McGoldrick & Walsh, 1998, cit. por Sousa & Baptista, 2015; Moragas, 1998, cit. por Sousa & Baptista, 2015).

As pessoas idosas viúvas que vivem na comunidade tendem a viver sozinhas ou acompanhadas por filhos (Sequeira & Silva, 2002). Também aqui se encontram diferenças de género: quando os homens ficam viúvos, assume-se de imediato que necessitam de alguém para cuidar deles e são mais propensos a viverem com os filhos, enquanto se forem mulheres tal não se verifica, dado que estas apresentam maior independência na realização das tarefas domésticas (Grau, 2002). Os viúvos que vivem com os filhos tendem a revelar baixos índices de solidão, ao contrário das viúvas que vivem sozinhas, referindo que sentem ‘a casa vazia’ e tristeza por fazerem as refeições sozinhas (Sequeira & Silva, 2002). Contudo, é de salientar que as que tiveram uma má relação conjugal, ou que durante o matrimónio a autoestima e a manutenção da identidade estavam dependentes do marido, a viuvez significa um alívio, um ganho de liberdade e de capacidade para ter uma maior realização pessoal (Buaes, 2007; Rubio, 2014). E o facto de passarem a viver sozinhas traduz-se também numa autonomia suficiente para que não tenham de deixar as suas casas e residirem em casa de familiares (Sequeira & Silva, 2002). Já para os homens, a viuvez significa o fim dos cuidados pessoais prestados pela mulher, mas um possível início de cuidados prestados por outra pessoa (Rubio, 2014).

Pode, deste modo, dizer-se que consoante seja em contexto comunitário ou institucional o processo de viuvez dependerá muito dos recursos que a pessoa idosa dispõe no seu meio envolvente, mas que também difere consoante seja em contexto rural ou urbano.

No meio rural as pessoas recorrem essencialmente às ajudas informais (vizinhos e amigos), o que leva a que não sintam a necessidade de procurem respostas a nível formal (Sequeira & Silva, 2002; McCann, Grundy, & O'Reilly, 2014). O contexto rural tende a ‘favorecer’, de certa forma, o envelhecimento e a viuvez, uma vez que é um meio estável e com mudanças graduais, o que permite à pessoa, no meio do seu processo de adaptação, aí sentir-se familiarizada. No meio rural é comum o homem no tempo livre frequentar cafés e a mulher conversar com as vizinhas e orientar a vida doméstica (Strey, 2004, cit. por Rocha et al., 2006; Buaes, 2007). Contudo, o meio rural nem sempre dispõe de ajuda suficiente devido a uma

população envelhecida e pela falta de recursos a nível de saúde e dos transportes públicos (Sequeira & Silva, 2002). No meio urbano, meio que está em constante mudança, não permite estabilidade e criação de laços afetivos duradouros durante a viuvez, as pessoas tendem a viver sozinhas e a procurarem respostas sociais uma vez que criam relações próximas com os vizinhos (Sequeira & Silva, 2002). Além disso, Wright e colaboradores (2015) consideram que a morte do cônjuge tende a provocar um maior risco de mortalidade na pessoa enlutada e que essa difere consoante seja em contexto rural ou urbano. No seu estudo verificaram-se que nos primeiros seis meses não havia diferenças de risco significativas entre a área rural e a urbana, mas que este efeito teve uma maior prevalência no meio rural e que a longo prazo os homens do meio urbano necessitaram um maior apoio por parte da comunidade (Wright et al., 2015).

Sabendo-se que a morte do cônjuge na pessoa idosa exige uma maior adaptação à perda, esta implicará a utilização de estratégias de superação individuais (Galicioli et al., 2012).

2.6. Estratégias de superação mais comuns nas pessoas idosas

Segundo Wathier, Wilhelm, Giacomoni e Dell’Aglia (2007) a perda do cônjuge e de outros familiares são as principais situações que causam stresse nas pessoas idosas. A perda do cônjuge implica que a pessoa enlutada se reorganize e utilize estratégias que contribuam para a adaptação que o processo de luto exige, envolvendo a emoção, a cognição e o comportamento (Benincá et al., 2006; Both et al., 2013). Constata-se que as pessoas viúvas tendem a reduzir os seus contactos sociais pelo que, no sentido de superar a perda, é importante que desenvolvam mecanismos para se adaptarem às mudanças de vida e para conseguirem reinvestir em novas relações (Walsh, 1995, cit. por Ferreira, Leão, & Andrade, 2008; Bennett & Victor, 2012). Para tal, poderão recorrer a diferentes recursos com a função de promover a elaboração da perda conjugal e a adaptação face aos problemas consequentes do processo de luto, sejam esses internos (saúde física e cognitiva) ou externos (rede de apoio) (Carr et al., 2000; Benincá et al., 2006).

Atendendo à temática do presente estudo, importa abordar os recursos externos, nomeadamente as redes de apoio, pois estas permitem que a pessoa tenha um suporte social significativo (Rosa, Benício, Alves, & Lebrão, 2007; Farinasso & Labate, 2012; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012). Sendo indicadoras da superação do luto, as redes de apoio podem ser classificadas em dois grupos: (i) formal e (ii) informal. A (i) rede de apoio formal apresenta um carácter institucional, facultado por profissionais das áreas da saúde e social, e que

permite à pessoa um possível ingresso num equipamento de saúde ou social (Rosa et al., 2007; Doll, 2011). A (ii) rede de apoio informal, também designada por rede social, é composta por familiares, amigos, vizinhos, colegas de trabalho, comunidade em geral, entre outros, com quem se mantém regularmente uma relação próxima de afetividade (Rosa et al., 2007). Este apoio informal tem uma grande importância pelo auxílio que presta, nomeadamente na colaboração em processos burocráticos como o funeral, ou na ajuda na realização das tarefas domésticas e na gestão financeira e emocional (Ferreira et al., 2008; Doll, 2011).

As pessoas que recorrem ao (i) apoio formal, como por exemplo a institucionalização, não possuem a mesma rede de apoio que as pessoas que vivem no seu domicílio (Camargos, 2008). São geralmente fisicamente mais débeis e/ou têm menores redes sociais e a institucionalização não aumenta as redes sociais, dado que as relações que se estabelecem são, essencialmente, com os funcionários da instituição (Cunha, 2010). Já o recurso ao (ii) apoio informal possibilita estabelecer uma vasta rede de relações sociais, nomeadamente a nível (Due, Holstein, Lund, Modvig, & Avlund, 1999): (a) emocional, pela partilha de afetos; (b) material ou instrumental, em pequenos trabalhos práticos, como auxílio nos trabalhos domésticos, no transporte e na economia; (c) informativo, com o intuito de adquirir bases para lidar com os problemas, como sugerir, aconselhar e orientar; e (d) na interação social positiva, no sentido de proporcionar momentos de diversão e descontração.

Existe ainda um conjunto de fatores que diferencia o apoio social nas pessoas idosas, tais como a idade, o género, o estado civil, a escolaridade ou o meio de residência (Due et al., 1999; Rosa et al., 2007). Com o aumento da idade tende-se a verificar um declínio do apoio social, sobretudo no género masculino (Rosa et al., 2007). Alguns estudos (Pinto, Garcia, Bocchi, & Carvalhaes, 2006; Alvarenga, Oliveira, Domingues, Amendola, & Faccenda, 2011) apresentam três variáveis que aumentam a probabilidade dessa lacuna: (a) mulheres; (b) viúvas e (c) baixos rendimentos. Num estudo português, realizado por Cabral e colaboradores em 2013, verificou na sua amostra que as pessoas viúvas tinham redes interpessoais de pequena dimensão, predominantemente familiares. Nessa amostra prevaleciam (a) pessoas do género masculino, (b) menor escolaridade e que viviam em (e) zonas pequenas.

Tendencialmente, as pessoas idosas desenvolvem ao longo da sua vida mecanismos de ajustamento psicológico que lhes permitem adaptar-se aos declives da vida (Benincá et al., 2006). As estratégias de *coping* adotadas vão sofrendo alterações devido às modificações e experiências individuais ao longo do seu ciclo vital, pelo que as estratégias de superação

diferem de pessoa para pessoa (Lazarus & DeLongis, 1983; Benincá et al., 2006; Galicioli et al., 2012). As estratégias de *coping*, forças cognitivas ou comportamentais que as pessoas utilizam para enfrentar situações de stresse (como o originado pela perda do cônjuge), podem apresentar duas dimensões: (i) *coping* focado no problema e (ii) *coping* focado na emoção. As estratégias de (i) *coping* focadas no problema acontecem quando é possível haver mudança e por isso os esforços centram-se na resolução do problema (Lazarus & DeLongis, 1983; Galicioli et al., 2012). As estratégias de (ii) *coping* focadas na emoção ocorrem quando não se pode alterar as circunstâncias que causam stresse e, por isso, têm o intuito de modificar a resposta emocional perante o problema (Lazarus & DeLongis, 1983; Galicioli et al., 2012). Este tipo de estratégia é, assim, dirigida a si mesmo, com o objetivo de encontrar alternativas a nível cognitivo e motivacional (Galicioli et al., 2012). Neste sentido surge a necessidade de alterar aspetos cognitivos e/ou comportamentais, nomeadamente a redução do envolvimento do ‘eu’ (*self*) ou o desenvolvimento e a modificação de padrões de comportamento tais como a perda de atenção, o desapego, a negação, a reinterpretação do passado, o ‘pensamento mágico’, a fé religiosa, o humor, entre outros (Lazarus & DeLongis, 1983). Resumidamente, as estratégias podem estar focadas no problema, quando a pessoa considera que é possível haver mudança, caso contrário, estarão focadas na emoção (Galicioli et al., 2012). Segundo Galicioli e colaboradores (2012) a maioria das pessoas idosas tende a usar este último tipo de estratégia. Se anteriormente à perda do cônjuge a pessoa idosa já utilizava estratégias de *coping*, possivelmente terá maior competência para lidar com as exigências do luto (Galicioli et al., 2012).

2.6.1. Estratégias de superação mais comuns nas pessoas idosas viúvas da comunidade

O modo como as pessoas lidam e superam a perda do cônjuge é influenciado por fatores pessoais e culturais (Doll, 2011). A cultura apresenta uma componente importante na superação do luto, nomeadamente no auxílio da interpretação da perda, bem como nos modos de adaptação (Papalia & Feldman, 2013). Embora a perda cause sofrimento, considera-se que as pessoas idosas tentam agir de forma ativa e que procuram utilizar diferentes estratégias, nomeadamente religiosas, grupos de terceira idade ou até mesmo viajar (Rocha et al., 2005). Neste sentido, há estudos que evidenciam que as pessoas idosas utilizam a aceitação e a procura de apoios como estratégias adaptativas face à perda (Wathier et al., 2007), embora esses apoios sejam diferenciados consoante o contexto onde estão inseridas,

ou seja, se estão a viver no domicílio ou se estão institucionalizadas. Dependendo destes contextos, assim serão as estratégias de superação adotadas.

Atendendo às diferentes estratégias que as pessoas idosas viúvas utilizam na superação do luto, torna-se relevante abordar especificamente as estratégias das pessoas que vivem no domicílio e interagem com a comunidade. Estas tendem a utilizar estratégias de superação do processo de luto o recurso à (i) religião, à sua (ii) rede social, a (iii) atividades de rotina diária e a (iv) atividades de lazer, nomeadamente voluntariado, grupos de terceira idade, atividade física, leitura, trabalho agrícola, jardinagem, televisão e novas tecnologias. Muitas das estratégias referidas são consideradas formas de ocupar o tempo ‘a mais’ que surgiu com a perda do cônjuge (Naef et al., 2013).

O recurso à (i) religião é considerado particularmente importante no processo de superação do luto por contribuir a nível cognitivo, emocional e comportamental e por ajudar a atribuir um significado à perda (Parkes, 1998; Janke, Nimrod, & Kleiber, 2008; Farinasso & Labate, 2012; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012). O envolvimento religioso está associado a uma menor depressão e à melhoria na adaptação da perda (Janke et al., 2008). Habitualmente, as pessoas idosas expressam o luto através de rituais, uma vez que ajudam a suavizar os impactos negativos e favorecem a superação (Baldin & Fortes, 2008; Farinasso & Labate, 2012; Galicioli et al., 2012; Naef et al., 2013). Estes rituais são expressos através da participação nas missas, nas idas ao cemitério, em orações, na leitura de textos sagrados, entre outros (Doll, 2011; Farinasso & Labate, 2015). Parkes (1998) salienta a importância dos rituais como sendo imprescindíveis para a realização de todas as tarefas do luto, uma vez que as crenças religiosas permitem compreender as perdas associadas ao luto (Trentini, Silva, Valle, & Hammerschmidt, 2005; Suzuki et al., 2012; Farinasso & Labate, 2015). Num estudo realizado no meio urbano (Shih, Turale, Shih, & Tsai, 2010) constatou-se que as pessoas que possuíam crenças intrínsecas, ou seja, as que se envolviam nas atividades por satisfação pessoal, apresentavam atitudes positivas, o que lhes permitia uma melhor adaptação ao luto. Já as pessoas com crenças extrínsecas, as que se envolviam nas atividades por pressões sociais, manifestaram atitudes negativas e baixa autoestima nessa adaptação.

No que à (ii) rede social diz respeito, esta é considerada uma estratégia primordial na superação do luto, pois permite a interação social, a integração em novos projetos de vida e a multiplicação das redes de apoio (Benincá et al., 2006; Cunha, 2010; Doll, 2011; Naef et al., 2013). Segundo vários estudos (Hespanha, 1993; Rocha et al., 2005; Trentini et al., 2005; Benincá et al., 2006; Janke et al., 2008; Suzuki et al., 2012; Ferreira-Alves & Magalhães, 2014),

após a perda do cônjuge as pessoas idosas tendem a sentir-se isoladas e, por isso, a procurar ajuda nas redes de apoio que proporcionam uma maior autonomia, autoestima, bem-estar e a possibilidade de criar uma nova identidade. Na perspectiva de Benincá e colaboradores (2006) são as mulheres idosas quem apresenta uma maior rede social em comparação com os homens. Quanto ao meio em que se inserem, são as pessoas do meio rural quem tendem a apresentar uma maior rede social constituída por familiares, amigos e vizinhos do que as do meio urbano, referindo ainda que é a família a considerada o elemento mais importante para as que vivem no meio rural devido à escassez de serviços sociais de saúde (Hespanha, 1993; Bertuzzi, Paskulin, & Moraes, 2012). Essa rede transmite proteção e presta apoio socioemocional e instrumental, nomeadamente nas lides domésticas (Baldin & Fortes, 2008; Teixeira, 2008; Bertuzzi et al., 2012). As famílias alargadas são favoráveis à segurança e à saúde das pessoas idosas viúvas, uma vez que são assistidas pelos membros familiares, quer nas atividades do dia a dia, quer na gestão das relações interpessoais (Teixeira, 2008). Bertuzzi e colaboradores (2012) referem que são as pessoas idosas do meio rural quem tem maior apoio familiar do que as do meio urbano, uma vez que, geralmente, as famílias vivem com ou perto das pessoas idosas. No entanto, no caso de Portugal, apesar de o meio rural possuir uma maior rede de suporte, esta ideia não passa de um mito, uma vez que a residência com os filhos é menor do que no meio urbano (Paúl, Fonseca, Martín, & Amado, 2003).

Em geral, as pessoas idosas viúvas que não vivem com os filhos, tendem a manifestar uma menor dependência da família do que em comparação com aquelas que vivem acompanhadas (Pintos, 1997, cit. por Rocha et al., 2005; Rosa et al., 2007). Além disso, nem sempre se trata de um apoio unilateral pois, em muitos casos, as pessoas idosas muitas vezes prestam maiores cuidados aos filhos e netos do que os apoios recebidos (Paúl, 2005), apesar de num estudo português (Cabral, Ferreira, Silva, Jerónimo, & Marques, 2013) ter verificado que na sua amostra a maioria dos idosos viúvos não prestava apoio e sobretudo aos adultos (como filhos). As pessoas enlutadas que têm apoio da família, dos vizinhos e dos amigos superam melhor o luto em comparação às que recebem pouco ou nenhum apoio, podendo essa escassez, inclusive, afetar a saúde dessas pessoas (Suzuki et al., 2012).

Mas se para Bertuzzi e colaboradores (2012) é a rede familiar a que tem maior potencial nas redes de apoio, já Paúl (2005) considera que é a rede de amigos e vizinhos que assume uma maior relevância. Tal como a família, a rede de vizinhos e amigos também tem como função dar apoio emocional, podendo ser muitas vezes bilateral à pessoa enlutada: ajudar os outros permite que se sinta útil e com autoestima para uma melhor superação do luto (Dykstra, 1993

& Pinquart, 2003, cit. por Gierveld et al., 2006). Num estudo português (Paúl et al., 2003) verificou-se uma maior rede social nas zonas rurais, sobretudo pela envolvimento dos vizinhos, embora o número de confidentes (relações próximas e significativas) fosse menor e pouco intimista, ao contrário dos do meio urbano. O número de confidentes é mais relevante do que a existência de uma rede social alargada, ou seja, é dado um maior ênfase à qualidade do que à quantidade das relações sociais (Paúl, 2005).

Em relação ao recurso às (iii) atividades rotineiras como estratégia de superação de luto, esta é uma das mais usadas e através das atividades básicas da vida diária (AVD) e das atividades instrumentais de vida diária (AIVD). As AVD dizem respeito ao autocuidado em várias ações, como alimentar-se, tomar banho, vestir-se, controlar as funções de urinar e evacuar, deitar-se e levantar-se da cama ou da cadeira (Duca, Silva, & Hallal, 2009). Já as AIVD referem-se a tarefas complexas que podem estar associadas à participação social, nomeadamente usar o telefone/telemóvel, utilizar meios de transporte, fazer compras, cuidar da casa e da roupa, preparar refeições, tomar a medicação e gerir o dinheiro (Duca et al., 2009). Esta estratégia está fortemente presente nas pessoas da comunidade uma vez que às que estão em meio institucional não lhes é possibilitada a realização das lides domésticas (Sousa & Baptista, 2015). O uso desta estratégia tende a centrar-se no objetivo de ocupar o tempo e de enfrentar a solidão (Naef et al., 2013). No entender de (Sousa & Baptista, 2015) facto de as pessoas gerirem e tratarem das lides domésticas promove uma melhor adaptação à perda, principalmente nas mulheres.

Por fim, o recurso a (iv) atividades de lazer, como o voluntariado e a participação em grupos de terceira idade, são estratégias de interação social que permitem manter a pessoa ativa (Rocha et al., 2005; Buaes, 2007; Baldin & Fortes, 2008; Janke et al., 2008). Esses espaços são muitas vezes a única forma das pessoas idosas socializarem, de poderem ser ouvidas e de se sentirem úteis à sociedade, onde se realizam atividades culturais, artesanais, educacionais, entre outras, e são frequentados sobretudo por mulheres (Buaes, 2007; Rocha et al., 2005; Trentini et al., 2005). A participação nas universidades seniores é uma estratégia complementar às atividades de lazer, porém, apresenta uma conexão importante para as pessoas idosas enfrentarem o luto (Cachioni, 2007, cit. por Suzuki et al., 2012). As universidades seniores são espaços regulados por princípios básicos como a inclusão social, a promoção do convívio entre seniores e a fomentação de espaços em que as pessoas mais velhas podem aprender e ensinar. Trata-se de uma resposta social que visa dinamizar atividades intelectuais, físicas, sociais, culturais,

artísticas e de lazer, com o objetivo de promover a saúde, o bem-estar psicológico e social e a cidadania e estão essencialmente presentes no meio urbano, (Jacob & Fernandes, 2011; Cachioni, 2007, cit. por Suzuki et al., 2012). Verifica-se que as pessoas que vivem na comunidade recorrem sobretudo aos apoios informais mas que algumas recorrem também a estratégias de carácter institucional, (como as universidades seniores), que não requerem institucionalização (Suzuki et al., 2012).

Ainda no que às atividades de lazer diz respeito, as manuais como tricô, crochê e bordar são formas de entretenimento que as pessoas idosas viúvas que vivem nas suas próprias casas tendem a referir (Baldin & Fortes, 2008). Também manter ou aumentar a prática da atividade física é uma estratégia adotada pelas pessoas enlutadas que vivem junto da comunidade (Janke et al., 2008). Sabe-se que a atividade física contribui para a gestão do stresse e da melhoria do bem-estar emocional, sendo essa fundamentalmente desempenhada por caminhadas individuais ou em grupo (Baldin & Fortes, 2008; Janke et al., 2008). O trabalho no campo é também uma outra estratégia usada particularmente pelas pessoas do meio urbano, uma vez que é uma atividade que corresponde às suas necessidades (e competências) seja a cultivar apenas o próprio quintal ou grandes talhões de terra (Sequeira & Silva, 2002). É uma atividade que permite que a pessoa idosa seja ativa e mantenha a sua autonomia. Trabalhar no campo traz benefícios para a pessoa enlutada, na medida em que permite partilhar interesses comuns com a comunidade e transmite um sentimento de habilidade e de utilidade, promovendo a satisfação de vida (Sequeira & Silva, 2002). A leitura, a jardinagem e a televisão são ainda outras formas, frequentemente usadas para ocupar o tempo, seja em meio urbano ou rural (Janke et al., 2008). Por fim, o uso do telefone/telemóvel e das novas tecnologias, nomeadamente a internet, permitem reforçar laços sociais (Kirkevold, Moyle, Wilkinson, Meyer, & Hauge, 2013). Num estudo sobre a utilização da internet (Ballantyne et al. 2010, cit. por Kirkevold et al., 2013) sugeriu-se que as pessoas idosas sentem-se satisfeitas em criar relações de amizade através deste meio, o que contribui para a diminuição da solidão e que poderá contribuir para a inerente ao processo de luto.

Num estudo realizado em Portugal (Cabral et al., 2013), verificou-se que as pessoas idosas viúvas utilizavam o seu tempo livre para fazer as tarefas domésticas, ver televisão e cuidar dos animais. Mas independentemente das escolhidas, as estratégias são formas eficazes da pessoa enlutada organizar os recursos disponíveis para a superação do luto. Estas atuam como mecanismos de resiliência para a pessoa enlutada, ou seja, promovem a capacidade de se adaptar e superar o(s) problema(s) que causa(m) stresse (no presente estudo, a perda do

cônjuge) (Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995, cit. por Fontes, 2010). A resiliência desenvolve-se com recurso às competências adquiridas ao longo da vida, tais como a capacidade de autorregulação do 'eu' (*self*), a gestão emocional, as estratégias de *coping* e as estratégias de seleção e otimização do problema (Fontes, 2010). Salienta-se a importância das pessoas envolventes (família, amigos, sociedade) na promoção de recursos para potenciar a resiliência nas pessoas idosas enlutadas (Laranjeira, 2007). Apesar das pessoas idosas viúvas terem perdas cumulativas, estas são, muitas vezes, resilientes face ao processo de luto do cônjuge (Fontes, 2010). Talvez se possa justificar pela presença de relações sociais e exercício da espiritualidade, indicadores de uma possível resiliência (Fuller-Iglesias, Sellars, & Antonucci, 2008; Alves, 2007, cit. por Farinasso & Labate, 2015). As principais atividades orientadas para a terceira idade em Portugal são de carácter religioso, igrejas/centros paroquiais e juntas de freguesia (Cabral et al., 2013), locais que, por tenderem a ocorrer em espaços exteriores à casa da pessoa idosa, podem fomentar estratégias de particular relevância para a revinculação (Buaes, 2007).

2. Revinculação

Segundo Rebelo (2009), para se fechar o ciclo natural do processo de luto, a pessoa tem de estar consciente de que a perda é irreversível e tem de redefinir o seu 'eu' (*self*), o estado civil e, por fim, revincular-se (nova vinculação). Embora não seja condição para a superação por morte do cônjuge, a pessoa tende a estabelecê-la. No entanto, um novo relacionamento não significa que tenha que se perder a ligação emocional que se tinha com o ente querido, uma vez não exige a presença do romance e do compromisso. Existem, assim, três fatores que podem condicionar a não criação de uma nova vinculação (Rebelo, 2009): por (i) desinteresse pessoal, por (ii) ausência de oportunidades ou por (iii) pressão social (Rebelo, 2009).

O (i) desinteresse pessoal surge muitas vezes associado ao tipo de relação que a pessoa teve anteriormente. Num estudo realizado por Rocha e colaboradores (2005), mulheres viúvas relataram não quererem novos companheiros por terem tido uma relação conflituosa ou por uma situação antagónica a esta, o que suscitou receio em não conseguir ter uma (nova) relação de sucesso. Em geral, as viúvas que tiveram uma boa relação conjugal tendem a ser mais exigentes na nova relação por fazerem comparações (Rebelo, 2009). Para além disso, o aspeto moral, se bem que diferenciado nos padrões de cada uma, também está muito subjacente a este receio, pois as mulheres viúvas consideram que não devem ter outro homem

na vida (Rocha et al., 2005). Num estudo realizado em Portugal por Cabral e colaboradores (2013), 45,5% das pessoas viúvas que perderam o cônjuge há menos de dez anos referenciaram essa como a causa para as reduzidas expectativas em ter uma nova relação. A reação dos filhos ao novo relacionamento, nomeadamente ao casamento, também tende a influenciar uma possível revinculação, surgindo o medo de prejudicar a relação com esses (Capodiecì, 2000, cit. por Rocha et al., 2005).

O segundo fator que pode condicionar a não criação de uma nova vinculação, a (ii) ausência de oportunidades está mais presente em mulheres mais velhas (Davidson, 2002; Rocha et al., 2005; Benincá et al., 2006; Carr, 2006; Doll, 2011): existem poucos homens disponíveis nessa faixa etária e, os que estão, tendem a casar com mulheres jovens. Por último, a (iii) pressão social, é também um fator de influência pelo considerar-se que o casamento deva ter um ato único. Esta pressão está mais presente nas mulheres do que nos homens, pois sentem que devem 'continuar viúvas' para não serem rotuladas negativamente pela sociedade (Moorman, 2006). Aquando da procura por uma revinculação, esta está mais facilitada para as mulheres jovens do que para as idosas por não lhes ser tão comum o estado civil de viuvez e devido ao consequente apoio social (Moorman, 2006). Em geral, a justificação pela procura de um novo companheiro passa por necessidades individuais (afetividade, companheirismo, amizade), mas sobretudo pelo fator económico. Num estudo realizado em 2006 por Moorman, indicou-se que as viúvas que tinham voltado a casar tinham passado a ter um maior rendimento familiar. O novo casamento tende, assim, a amenizar os encargos financeiros.

No que diz respeito aos homens idosos viúvos, estes tendem a procurar atenuar a tristeza e a solidão emergentes da perda e, por isso, estão mais motivados para voltar a casar, ao contrário das mulheres idosas viúvas, que se preocupam em colmatar o vazio emocional através das redes de apoio (Carr, 2006; Cabral et al., 2013; Davidson, 2002). Nos dez primeiros anos após a perda tendem a pensar mais na perda da mulher, mas a intensidade tende a diminuir com o passar dos anos (Cabral et al., 2013). Neste sentido, verifica-se que os homens têm indicadores mais favoráveis para criarem uma nova relação.

3. Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)

A primeira edição em português da 'Classificação Internacional das Deficiências, Incapacidade e Desvantagens' (CIDID) foi publicada em 1989 pela Organização Mundial de Saúde (OMS) (SNRIPD, 2005). Contudo, este documento necessitou de uma revisão, emergindo em 2001 a

segunda e última versão designada por 'Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde' (CIF) (em 2003 surge a versão portuguesa) e que permitiu corrigir algumas críticas feitas à CIDID, nomeadamente ao deixar de usar unicamente o paradigma do modelo puramente médico e adotar um outro novo paradigma, o do modelo biopsicossocial. O modelo puramente médico entende incapacidade como um estado da pessoa, causado por doença, trauma ou qualquer outra condição de saúde que requeira tratamento médico ou outra forma de intervenção com o objetivo de corrigir o problema (OMS, 2004; SNRIPD, 2005). Por sua vez, o modelo social, também adotado noutras classificações, concebe incapacidade como um problema de natureza social, criado pela sociedade, e que requer uma resposta política que permita às pessoas com incapacidade uma participação plena. Ambos os modelos são válidos, mas nenhum deles por si só é válido. Tal verifica-se pela origem da incapacidade, sendo ela uma interação entre as características pessoais e do contexto envolvente. Tendo surgido propostas conceptuais para compreender e explicar o conceito de incapacidade e de funcionalidade, nomeadamente o modelo médico e o modelo social, a CIF baseou-se, deste modo, num modelo que agrega esses dois, designado por biopsicossocial (OMS, 2004; SNRIPD, 2005). Este modelo permite que se assuma um papel primordial na avaliação, na medida e na intervenção referente ao estado funcional da pessoa, mas especialmente quanto à definição, ao planeamento, à intervenção e à avaliação de políticas, serviços e recursos em diferentes âmbitos, quer a nível da saúde quer nível social (SNRIPD, 2005). Não significa que se consiga classificar as pessoas, mas sim descrever as peculiaridades da pessoa, do meio físico e social em diferentes domínios. Os domínios considerados são os da saúde e os relacionados com a saúde, sendo descritos com base na perspetiva do corpo, do indivíduo e da sociedade, e em duas partes da CIF: (1) 'funções e estruturas do corpo', e (2) 'atividades e participação'. Existe um conjunto de princípios subjacentes a este modelo biopsicossocial: (i) universalidade - aplica-se a todas as pessoas tendo como foco a funcionalidade e não a incapacidade; (ii) paridade - não se deve diferenciar as condições de saúde como 'mentais' ou 'físicas'; (iii) neutralidade - os domínios devem ter uma linguagem neutra, em que se possa referir os aspetos positivos e negativos; e, por fim, os (iv) 'fatores ambientais' – envolver os fatores físicos, as atitudes sociais, as instituições e as leis (SNRIPD, 2005).

Nesta perspetiva, entende-se que não seja utilizada como o único instrumento de avaliação ou de medida, mas que possa ser complementada com outros instrumentos de avaliação como a Classificação Estatística Internacional das Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde – décima revisão (CID-10). A CID-10, que faz parte de uma lista de classificações internacionais

que descrevem e a comparam a saúde das pessoas a nível internacional, permite fazer diagnósticos de doenças, de perturbações e de outras condições de saúde (OMS, 2004). Neste sentido, estas classificações podem complementar-se e, por isso, obter um panorama amplo da saúde das pessoas (OMS, 2004; SNRIPD, 2005).

A CIF visa, deste modo, responder a uma panóplia de questões clínicas, de investigação e de desenvolvimento de políticas quer a nível individual, institucional ou social. Nesta perspetiva, a CIF tem sido utilizada para diferentes fins, tais como: (i) político – planeamento de sistemas de segurança social, de compensação e no desenvolvimento de políticas; (ii) económico – recolha de dados da incapacidade das várias doenças, para que a sociedade aja na prevenção das limitações/restrições; (iii) investigação interdisciplinar - medir e comparar resultados, avaliar a funcionalidade da vida diária, quer na qualidade de vida, quer nos ‘fatores ambientais’; (iv) intervenção – distinção das intervenções dos resultados sendo, na sua maioria, intervenções de reabilitação que visam prevenir ou melhorar as limitações/restrições; e (v) fator ambiental - criação de instrumentos de avaliação do meio limitador ou facilitador (OMS, 2004; SNRIPD, 2005).

2.7. Estrutura da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)

Com o intuito de ser utilizada pelos diferentes países membros da Assembleia Mundial de Saúde, a CIF é uma classificação internacional que apresenta um documento de linguagem unificada e padronizada sobre a exposição da saúde e dos estados relacionados com esta, possibilitando uma comunicação universal (OMS, 2004; SNRIPD, 2005). Trata-se de uma classificação universal e multidirecional, que pode ser usada numa vasta gama de diferentes sectores tanto a nível da saúde como social, e que tem como objetivo geral oferecer uma ferramenta para descrever a saúde e os estados que entre si possam estar relacionados, (SNRIPD, 2005). Esta ferramenta tem, deste modo, como objetivos específicos: (i) dispor de uma base científica universal que permita compreender e estudar os determinantes da saúde; (ii) facultar uma linguagem comum e padronizada dos conceitos inerentes à saúde, facilitando a comunicação entre os diferentes profissionais de saúde, nomeadamente investigadores, decisores políticos, entre outros; e (iii) disponibilizar um sistema de codificação sistemático e de classificação multidimensional que permita fazer comparações entre diferentes países, disciplinas e serviços associados aos cuidados de saúde (OMS, 2004; SNRIPD, 2005).

Quanto à sua organização, a CIF apresenta uma perspectiva a nível do corpo, da pessoa e da sociedade e é constituída por diferentes domínios que permitem descrever as modificações que surgem quer nas funções e estruturas do corpo, assim como o seu nível de participação na sociedade. Apresenta, assim, uma perspectiva positivista, ao dar importância à saúde e à avaliação da funcionalidade em detrimento da incapacidade. A CIF encontra-se organizada em duas partes: a primeira parte, Funcionalidade e Incapacidade e a segunda parte, Fatores Contextuais (OMS, 2004). Cada parte é constituída por componentes e sequentemente por unidades e subunidades de classificação (de segundo e terceiro nível, respetivamente), em que se descrevem as particularidades essenciais de cada domínio e as informações do que cada domínio inclui e exclui (OMS, 2004; SNRIPD, 2005). A primeira parte inclui dois componentes, (i) funções e estruturas do corpo e (ii) 'atividades e participação', e a segunda inclui, igualmente, dois componentes, (iii) 'fatores ambientais' e (iv) 'fatores pessoais', embora este último componente esteja classificado na CIF como mais genérico, ou seja, as características das pessoas e que podem diferenciar entre países. Para identificar estes diferentes componentes, dispõe de um sistema alfanumérico: o 'funções do corpo' é identificada por (b), o 'estruturas do corpo' por (s), o 'atividades e participação' por (d) e o componente 'fatores ambientais' por (e) (OMS, 2004). O componente 'funções do corpo' (b) diz respeito às funções fisiológicas dos sistemas orgânicos e o das estruturas do corpo (s) refere-se às estruturas do corpo que são compreendidas como partes anatómicas do mesmo. O componente 'atividades e participação' (d) diz respeito à execução de uma tarefa e ao envolvimento da pessoa na sociedade, embora possa ser influenciado pelos 'fatores ambientais'. Por fim, o 'fatores ambientais' (e) refere-se aos que são externos à pessoa uma vez que dizem respeito ao ambiente físico, social e atitudinal, podendo apresentar influências positivas ou negativas, sobre a execução de tarefas e/ou na função e estrutura do corpo. Estes fatores estão ainda divididos em dois níveis: individual (em casa, no trabalho, em contacto com amigos e família) e social (estruturas sociais formais ou informais, serviços ou sistemas da comunidade) (OMS, 2004).

Em virtude da complexidade e da grande quantidade de aspetos contemplados na CIF, emergiu a necessidade de desenvolver e ampliar o seu uso através de instrumentos práticos. Neste sentido, surgiram os *core sets*, que, tal como explicado por Riberto (2011), é um termo em inglês que significa 'conjunto principal' ou 'itens essenciais' referentes ao conjunto de categorias da CIF. Os *core sets*, baseados nos componentes e unidades de classificação da CIF, têm como objetivo selecionar categorias da classificação que sirvam para constituir um padrão

mínimo para a elaboração de documentação de funcionalidade e de saúde em contextos clínicos que permita fazer uma avaliação multiprofissional (Cieza et al., 2004). Um *core set* é constituído por itens mínimos mas com a quantidade necessária para ser um instrumento prático e para poder descrever uma avaliação multidisciplinar das condições da funcionalidade da pessoa (Cieza, 2004; Campos, Rodrigues, Farias, Ribeiro & Melo, 2012). Ao invés de avaliar os 1454 aspetos da funcionalidade que constam na CIF, permite avaliar apenas as categorias que são típicas e significativas numa determinada condição de saúde (Maeno, Takahashi, Lima, 2009; Riberto 2011). O uso deste instrumento permite, inclusive, aos profissionais das áreas da saúde e social, avaliar aspetos que poderão não estar constar noutros instrumentos de avaliação funcional (Riberto, 2011).

Concluindo, os *core sets* são propostas para uma implementação e difusão de um uso mais simples e prático da CIF, podendo por isso ser usados por vários profissionais com diferentes fins (Riberto, 2011).

CAPÍTULO II - ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO E EMPÍRICO

Neste capítulo são descritos os 1) objetivos do estudo (geral e específicos), as 2) considerações éticas tidas em conta, a 3) metodologia utilizada - a amostra, os procedimentos executados, os instrumentos utilizados para a recolha de dados e a análise dos dados efetuados.

1. Enquadramento do estudo

Este estudo tem um objetivo geral e dois objetivos específicos, descritos de seguida.

1.1. Objetivo geral

O presente estudo tem como principal finalidade compreender a relação entre o processo de superação do luto por perda do cônjuge em pessoas idosas que vivem na comunidade e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde.

1.2. Objetivos específicos

Os objetivos específicos deste estudo são: i) compreender o processo de superação do luto pela perda do cônjuge em pessoas idosas da comunidade e ii) mapear o processo de superação do luto à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF).

2. Considerações éticas

O presente estudo foi submetido ao Observatório do Luto em Portugal, tendo obtido parecer favorável para a sua realização (Anexo I).

Antes de proceder à aplicação do protocolo junto dos participantes voluntários, explicou-se verbalmente a natureza do estudo, bem como as condições de participação. Como tal, referiu-se que os participantes podiam a qualquer momento cessar a colaboração sem qualquer prejuízo pessoal. Após a aceitação voluntária, os participantes assinaram o termo de consentimento informado, livre e esclarecido em suporte papel, sendo-lhes também facultado uma folha de informações sobre o desenvolvimento do estudo.

Foi garantido a todas os participantes o anonimato, assim como a confidencialidade dos dados através do sistema de codificação atribuído a cada entrevista, com a sigla ID (identificação) e um número atribuído por ordem temporal da aplicação do protocolo. Todos os intervenientes presentes, aquando da entrevista, foram catalogados na transcrição por forma a não serem identificados pelo próprio nome: (P) participante, (F) filho/a e (V) vizinha.

3. Metodologia

A metodologia expõe um conjunto de técnicas, ferramentas e procedimentos que são imprescindíveis para a orientação e realização da investigação (Serrano, 2008). De seguida apresenta-se o desenho da investigação, a seleção da amostra, os procedimentos adotados e os instrumentos utilizados para a realização deste estudo.

3.1. Desenho de investigação

O método de investigação aplicado neste estudo é de carácter qualitativo, uma vez que este permite compreender as experiências através de descrições referenciadas pelos participantes (Fortin, 2009). Trata-se de um estudo do tipo transversal descritivo de carácter exploratório: transversal porque os dados foram recolhidos num só momento, descritivo porque pretendeu-se identificar e compreender os fenómenos vivenciados pelos participantes e exploratório pois pretendeu-se descobrir novas relações entre os fenómenos (processo de superação do luto e a CIF) (Fortin, 2009).

3.2. Seleção da amostra

O tipo de amostra utilizada neste estudo foi do tipo não-probabilística, objetiva, constituída por 14 participantes viúvos com mais de 60 anos e que viviam na região do Vale de Sousa (distrito do Porto). Foram estabelecidos cinco critérios de inclusão: (i) ter vivenciado o processo de luto por perda do cônjuge; (ii) ter idade igual ou superior a 60 anos; (iii) residir na comunidade; (iv) obter uma pontuação igual ou inferior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva '*Short Portable Mental Status Questionnaire – 10 item*' (SPMQ; Breve Questionário de Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens) utilizado para despiste do declínio cognitivo dos potenciais participantes no estudo.

3.3. Procedimentos de recolha de dados

Para a recolha de dados procuraram-se participantes que correspondessem aos critérios de inclusão. Após a abordagem a um potencial participante, foram surgindo outros possíveis voluntários sugeridos pelos abordados anteriormente. A investigadora contactou previamente todos os participantes no sentido de explicar qual o objetivo e as condições do estudo, bem como para verificar o interesse em participar e agendar um segundo contacto para se proceder à recolha de dados.

O segundo contacto decorreu entre o mês de fevereiro e março de 2015, no domicílios dos participantes, com o intuito de garantir a confidencialidade (e conforto) e onde não houvesse interrupções. Neste segundo contacto explicou-se novamente o objetivo e o procedimento do estudo, e entregou-se uma folha de informações (Anexo II). Posteriormente à aceitação de participação no estudo, os participantes assinaram o consentimento informado, livre e esclarecido (Anexo III). De seguida aplicou-se o instrumento '*Short Portable Mental Status Questionnaire - 10 item*' (SPMSQ; Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental- 10 itens) por forma a verificar a presença ou não de défice cognitivo (Anexo III). Contactaram-se inicialmente dezoito potenciais participantes, contudo dois não puderam fazer parte da amostra por apresentarem défice cognitivo ligeiro e moderado e outros dois por entretanto desistirem do estudo.

Após estes procedimentos, deu-se início à recolha de dados com a caracterização sociodemográfica (Anexo III), a aplicação do Inventário do Luto Complicado (ILC) e a realização da entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto (Anexo III). Aquando da aplicação do ILC verificou-se que a maioria dos participantes teceu várias considerações relativas ao seu processo de luto e que estava previsto serem abordadas durante a entrevista semiestruturada (Anexo III). Relativamente à realização da entrevista semiestruturada é de frisar que em quatro das catorze houve a necessidade dos participantes estarem acompanhados por um elemento familiar ou vizinho, uma vez que, se assim não fosse, não se sentiam à vontade e não participariam.

A média de duração das entrevistas foi de 42m56s, sendo que a entrevista com menor duração foi de 11m18s e a com maior duração de 66m04s. Em alguns casos surgiu a necessidade de se interromper a entrevista devido a imprevistos como chamadas de telemóvel ou paragem automática da máquina de gravação. Por estes motivos, foi identificado na sua transcrição como primeira e segunda gravação. De referir ainda que houve dois entrevistados que utilizaram alguma linguagem sexualmente explícita, optando-se por transcrevê-la na íntegra;

contudo, no que se refere à expressão de palavrões, considerou-se pertinente não os transcrever, colocando-se, por isso [palavrão].

Segue-se a descrição detalhada do protocolo e seus procedimentos de aplicação.

3.4. Instrumentos utilizados

Para que seja possível medir conceitos junto de uma amostra é necessário utilizar indicadores que sejam observáveis e passíveis de quantificar e de mensurar esses mesmos conceitos (Fortin, 2009). Sendo o presente estudo do tipo transversal, descritivo e exploratório, utilizaram-se os seguintes três instrumentos: o (i) *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ); o (ii) Inventário de Luto Complicado (ILC); e uma (iii) entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto.

(i) Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens

O questionário Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental – 10 itens (*Short Portable Mental Status Questionnaire* – 10 item (SPMSQ); Pfeiffer, 1973, traduzido e adaptado por Rodrigues, 2008), questionário sobre o estado mental, desenvolvido por Pfeiffer em 1975, procura avaliar a presença de défice da função cognitiva de forma rápida. Com apenas 10 questões é possível verificar se a pessoa está ou não apta para continuar a prestar mais informações. A pontuação (*score*) é dada segundo os erros dados: 0-2 erros (funcionamento mental normal); 3-4 erros (defeito cognitivo ligeiro); 5-7 (defeito cognitivo moderado); 8 ou mais erros (defeito cognitivo grave) (Pfeiffer, 1975). Em estudos posteriores, Fillenbaum (1988) considerou que os erros ou incapacidade de resposta por parte de alguns participantes podem estar relacionados com baixos níveis de escolaridade ou que podem apenas resultar da falta de informação ou da ansiedade no contacto inicial com o investigador. Nestes casos, deve ser este a decidir se o sujeito é ou não fidedigno e se a entrevista poderá prosseguir, mesmo que surjam mais de quatro erros. Optou-se por este instrumento devido à sua brevidade de preenchimento e pela aferição para o português europeu por Rodrigues (2008).

Em relação a essa aferição para a população portuguesa, o SPMSQ foi incluído como parte A no instrumento OARS (*Older Americans Resources and Services Program*), avalia a capacidade funcional em cinco áreas cruciais da qualidade de vida das pessoas idosas: recursos sociais, recursos económicos, saúde mental, saúde física e atividades de vida diária (Rodrigues, 2008), em particular na componente *Multidimensional Functional Assessment Questionnaire* (MFAQ).

Este instrumento (OARS) foi traduzido para português europeu, ficando designado por Avaliação Funcional Multidimensional de Idosos (QAFMI) (Rodrigues, 2008). Para a validação portuguesa deste instrumento (estudo psicométrico) participaram 302 idosos, dos quais 155 frequentavam centros de dia e 147 residiam em estruturas residenciais. Tratou-se de uma amostra aleatória e estratificada por idade, género e por tipo de apoio institucional, realizado na região centro de Portugal (Rodrigues, 2008). Quanto à sua fiabilidade e validade, foi feita uma análise fatorial (Alfa de Cronbach de 0,83) o que indicou haver uma boa consistência interna (Rodrigues, 2008). No diz respeito à sua reprodutibilidade, esta foi verificada através da aplicação do método do teste repetido (teste-reteste) em 30 pessoas idosas selecionadas em centros de dia, aplicando junto destas um questionário em dois momentos (correlação de Pearson de 0,979) com um intervalo de 1 semana (Rodrigues, 2008). A partir deste teste constatou-se que não existiam diferenças nos dois momentos (Rodrigues, 2008b). Neste sentido o instrumento *Short Portable Mental Status Questionnaire* (SPMSQ) ficou validado na versão portuguesa (como Breve Questionário de Portátil sobre o Estado Mental) e equivalente à versão original.

(ii) Questionário de caracterização sociodemográfica

Elaborado para o presente estudo pretendeu recolher dados referentes à idade, sexo, estado civil, escolaridade, localização geográfica, quantos filhos tem, quando faleceu o cônjuge, se foi morte súbita ou esperada, se toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos e, se sim, há quanto tempo.

(iii) Inventário de Luto Complicado (ILC)

O Inventário de Luto Complicado (ILC; *Inventory of Complicated Grief*, traduzido e adaptado por Frade e Rocha, 2010) é um instrumento de avaliação de sintomas que possam indicar se se está ou não em luto complicado. Trata-se de um inventário constituído por 19 itens em que o participante deve responder autonomamente às questões, tendo em conta a escala tipo *Likert* de quatro pontos. Se a pontuação for igual ou superior a 25 significa que se está em luto complicado. Com uma amostra de 97 cônjuges idosos, que estavam a vivenciar o processo de luto, verificou-se que o inventário apresentou uma alta consistência interna (Alfa de Cronbach de 0,95).

Este mesmo inventário foi traduzido e validado para a versão portuguesa por Frade (2010) Com 127 estudantes universitários ($M=19,9$; $SD=1,90$), verificou-se a fidelidade (Alfa de Cronbach de 0,91), a validade (5 fatores explicam 68,9% da variância, correlações com sintomatologia: depressiva ($r=0,50$) e traumática ($r=0,53$)). Todos estes resultados permitiram considerar-se que a versão portuguesa do ILC apresenta boas características psicométricas.

(iv) Entrevista semiestruturada sobre a experiência vivencial do luto

Para a construção deste instrumento a investigadora principal e restantes investigadores determinaram os temas a abordar e, com base no estudo de Sousa (2013), formularam-se e ordenaram-se as questões a colocar.

A entrevista semiestruturada está dividida em duas partes. Sendo uma das normas para a realização de entrevistas a promoção um ambiente de empatia e confiança entre o entrevistador e o entrevistado (Ander-Egg, 1972, cit. por Richardson, 1999), solicitou-se aos entrevistados que falassem um pouco da sua vida adulta antes da perda do cônjuge (por exemplo, sobre as suas origens, modo de diversão, ocupação do tempo). Na segunda parte da entrevista semiestruturada colocaram-se as questões focadas no contexto envolvente ao processo de luto após a morte do cônjuge, procurando-se compreender a perspetiva dos participantes no que respeita ao que consideram que mudou na sua vida, o que fizeram para superar a dor (qual é a consciência da dor relativamente aos sentimentos experienciados), que estratégias utilizaram, que tipos de apoios tiveram e o que menos e o que mais gostam de fazer. Sendo uma entrevista semiestruturada (das mais comuns na investigação qualitativa) (Trivinõs, 1987; Fortin, 2009), o entrevistador teve um maior controlo sobre o seu conteúdo e desenvolvimento, permitindo-lhe uma maior flexibilidade na recolha de dados, e o que se assemelhou a uma conversa informal.

3.5. Análise e tratamento dos dados

Para a análise dos dados recolhidos procedeu-se à técnica de análise de conteúdo, através do quadro de referência adotado na estruturação do material empírico (Guerra, 2006). Este tipo de análise apresenta duas dimensões: (i) descritiva, que tem como finalidade analisar o que foi narrado e a (ii) interpretativa, que pretende colocar questões ao investigador para que este interprete os dados obtidos (Guerra, 2006). Em síntese, a análise de conteúdo procura em simultâneo descrever e interpretar as narrações. A aplicação desta técnica no presente estudo consistiu num processo de quatro fases: (1) procedeu-se à transcrição na íntegra das gravações

de todas as entrevistas realizadas (Anexo IV), o que se revelou uma fase extensa. Segundo Mailloux-Poirier e colaboradores (1983, cit. por Guerra, 2006) uma hora de gravação pode equivaler a entre três a quatro horas de transcrição; (2) procedeu-se a uma leitura cuidadosa de todas as transcrições; (3) fez-se uma seleção das unidades de registo com recurso ao uso de diferentes cores para cada categoria considerada. Na análise da primeira parte da entrevista semiestruturada optou-se por utilizar o método de análise tipológica (Anexo V), uma vez esta que permite ordenar tipologias por semelhança (categorias) (Guerra, 2006). Na última fase, (4) através do mapeamento à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) constatou-se a existência de saturação dos dados obtidos nas entrevistas semiestruturadas (Anexo V). A partir da décima quarta começou-se a registar o ponto de saturação dos dados, ou seja, o momento em que se verificou que estes começaram a apresentar uma certa repetição (Thiry-Cherques, 2009). Considerou-se não ser necessário posteriores observações uma vez que nenhum novo elemento ampliaria o número de propriedades do objeto investigado no presente estudo. Esta quarta fase (mapeamento) apenas se aplicou à segunda parte da entrevista (questões relativas ao processo de luto após a morte do cônjuge). Após a organização da informação por categorias (da entrevista), procedeu-se então à sua organização pelas classificações referenciadas pela CIF (Anexo VI). De referir que para este mapeamento não se utilizaram os quantificadores mencionados na CIF, uma vez que simplesmente se pretendia verificar se os componentes da CIF tinham alguma correspondência aos discursos associados ao processo de luto. Neste processo de análise, na categoria ‘estratégias do dia a dia’ [3], decidiu-se não se considerar as referências às rotinas que já eram habituais antes da perda do cônjuge, como por exemplo: “(...) ponho-me a pé todos os dias às 7 horas para preparar o leitinho à neta (...)” (ID1). A análise foi, deste modo, feita através da CIF, mas houve casos em que as afirmações retiradas das entrevistas não se conseguiam mapear. Recorreu-se assim aos contributos de Cieza e colaboradores (2005), com a utilização da referência ‘nd’ (não definida) e, dentro desta, três das quatro especificidades: ‘nd-sg’ (saúde geral não definida), ‘nd-sm’ (saúde mental não definida) e ‘nd-qdv’ (qualidade de vida não definida) (as outras duas não utilizadas são ‘nd’ (não definida) e ‘nd-sf’ (saúde física não definida) (Anexo VI).

De seguida passa-se à apresentação e leitura dos resultados obtidos no presente estudo.

CAPÍTULO III - APRESENTAÇÃO E LEITURA DOS RESULTADOS

Neste capítulo procede-se à apresentação e leitura dos resultados obtidos no presente estudo, dividido em quatro partes. Numa primeira, apresenta-se a 1) caracterização geral da amostra (análise dos dados demográficos dos participantes); numa segunda parte, será apresentada uma 2) caracterização breve da amostra - a história pessoal até ao falecimento do cônjuge; numa terceira a 3) mapeamento dos dados relativos à superação do processo de luto narrados tendo por base o referencial CIF (por classificação de primeiro, segundo e terceiro nível); e numa quarta parte, a 4) análise dos resultados obtidos em comparação com a *Checklist* geral da CIF. Ao longo deste capítulo procede-se à leitura dos resultados, apontando possíveis interpretações para os mesmos.

1. Caracterização geral da amostra

Na caracterização da amostra pretendeu-se dividi-la em duas partes: a caracterização geral da amostra, com os dados sociodemográficos e as características associadas ao processo do luto (tipo de perda, tempo de perda, toma de medicação e luto normal ou complicado).

No que diz respeito à caracterização geral da amostra, esta é constituída por doze participantes do género feminino (85,7%; 50% do meio rural e 50% do urbano), e dois do género masculino (14,3%; 50% do meio rural e 50% do urbano) (Tabela 1).

Tabela 1 – Caracterização geral da amostra quanto ao gênero, idade, escolaridade e n.º de filhos

CARACTERÍSTICAS	RURAL N (%)	URBANO N (%)	TOTAL N (%)
GÊNERO			
Feminino	6 (85,7)	6 (85,7)	12 (85,7)
Masculino	1 (14,3)	1 (14,3)	2 (14,3)
IDADE			
61-72 Anos	3 (42,9)	4 (57,1)	7 (50,0)
73-83 Anos	4 (57,1)	3 (42,9)	7 (50,0)
Média	63,9	69	72,4
ESCOLARIDADE			
Não sabe ler nem escrever	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
Sabe ler e escrever	3 (42,9)	0 (0,0)	3 (21,4)
1.º CEB	4 (28,6)	4 (28,6)	8 (57,1)
3.º CEB	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
Ens. Superior	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
Nº DE FILHOS			
0-1	2 (28,6)	1 (14,3)	3 (21,4)
2-3	3 (42,9)	2 (28,6)	5 (35,7)
4-5	1 (14,3)	3 (42,9)	4 (28,6)
6-7	1 (14,3)	0 (0,0)	1 (7,1)
+ de 8	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
TOTAL	7 (50,0)	7 (50,0)	14 (100)

Legenda: 1.º CEB - 1.º Ciclo do Ensino Básico; 3.º CEB - 3.º Ciclo do Ensino Básico; Ens. Superior – Ensino Superior

A idade mínima dos participantes é de 61 anos e a máxima é de 83 anos: sete (50%) apresentam idades compreendidas entre os 61 e os 72 anos e sete (50%) entre os 73 e os 83 anos. A média de idades da amostra é de 72,4 sendo que o meio rural apresenta uma média de 63,9 e o meio urbano de 69.

Relativamente à escolaridade, verifica-se que dos catorze participantes apenas um (7,1%) não sabe ler nem escrever e pertence ao meio urbano. Verifica-se que três participantes da amostra (21,4%) sabem ler e escrever apesar de não terem escolaridade oficial, sendo oriundos do meio urbano. O correspondente ao atual nível 1.º Ciclo do Ensino Básico (1.º CEB) é o mais predominante, estando representado por oito participantes (57,1%), com uma representatividade igual entre o meio rural e urbano. O correspondente ao atual 3.º Ciclo do Ensino Básico (3.º CEB) e Ensino Superior (Ens. Superior) foram apenas frequentados, por um participante, respetivamente, sendo ambos do meio urbano.

No que se refere ao número de filhos, verifica-se que três (21,4%) dos participantes têm um ou nenhum filho, sendo que dois pertencem ao meio rural. Cinco dos participantes da amostra (35,7%) referem ter dois a três filhos. Quatro participantes (28,6%) têm quatro a cinco filhos,

sendo três do meio urbano. Apenas um (14,3 %) participante do meio rural refere ter entre seis a sete filhos e um do meio urbano tem mais de oito filhos.

Ainda no que respeito à caracterização geral dos participantes do presente estudo, importa apresentar algumas das características relacionadas com os processos de luto vivenciados (Tabela 2).

Tabela 2 - Caracterização geral da amostra quanto ao tipo de perda, tempo de perda, toma de medicação e tipo de luto

CARACTERÍSTICAS	RURAL N (%)	URBANO N (%)	TOTAL N (%)
TIPO DE PERDA			
Súbita	0 (0,0)	2 (28,6)	2 (14,3)
Esperada	7 (100)	5 (71,4)	12 (85,7)
TEMPO DE PERDA			
1 ano	3 (42,9)	4 (57,1)	7 (50,0)
2 anos	0 (0,0)	2 (28,6)	2 (14,3)
3 anos	1 (14,3)	0 (0,0)	1 (7,1)
+4 anos	3 (42,9)	1 (14,3)	4 (28,6)
TOMA DE MEDICAÇÃO			
De 1 mês a 1 ano	3 (42,9)	0 (0,0)	3 (21,4)
2 a 3 anos	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
4 a 5 anos	0 (0,0)	1 (14,3)	1 (7,1)
6 a 7 anos	1 (14,3)	1 (14,3)	2 (14,3)
+ de 8 anos	0 (0)	1 (14,3)	1 (7,1)
TIPO DE LUTO			
Normal	3 (42,9)	4 (57,1)	7 (50,0)
Complicado	4 (57,1)	3 (42,9)	7 (50,0)
TOTAL	7 (50,0)	7 (50,0)	14 (10%)

Verifica-se que dois (14,3%) dos participantes vivenciaram a perda do cônjuge por morte súbita, sendo ambos do meio urbano. O tipo de perda por morte esperada foi mencionado por doze participantes (85,7%), correspondendo a 100% dos participantes pertencentes ao meio rural.

Relativamente ao tempo de perda do cônjuge, a escala de tempo varia entre um a mais de quatro anos, sendo que metade da amostra está representada por sete (50%) dos participantes no primeiro ano de perda, estando em maior número nos participantes do meio urbano (quatro), ou seja, em 57,1%. O tempo de dois anos de perda é indicado por dois (28,6%) dos participantes do meio urbano, ao contrário do dos três anos de perda, apenas indicado por um (14,3%) dos participantes do meio rural. O tempo de mais de quatro anos de perda está representado por quatro (28,6%) dos participantes, sendo que três (42,9%) pertence ao meio rural.

Em relação à toma de medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos, verifica-se que mais de metade da amostra a consome. Dos catorze participantes oito (57,1%) referem tomar medicação em escalas de tempo diferentes: entre um mês e um ano é referido por três (42,9%) participantes do meio rural; entre dois a três anos e de quatro a cinco anos são referenciados, respetivamente, por apenas um (14,3%) dos participantes do meio urbano. O tomar medicação há já seis ou sete anos é mencionado por dois (14,3%) participantes, um do meio rural e um do urbano. Apenas um (14,3%) participante do meio urbano é que refere tomar há mais de oito anos.

No que concerne ao tipo de luto, verifica-se que 50% (sete) dos participantes apresenta luto normal e outros 50% (sete) dos participantes apresenta luto complicado. O luto normal é mais predominante nos participantes do meio urbano, com a representação de 57,1% (quatro), e o luto complicado prevalece no meio rural, com 57,1% (quatro) dos participantes.

1.1. Caracterização breve da amostra: a história pessoal anterior à perda do cônjuge

No que diz respeito à caracterização da vida adulta antes ao falecimento do cônjuge, esta foi caracterizada em quatro dimensões (Tabela 3): (i) Vida, que se divide nas seguintes seis subdimensões: (a) acerca de si; (b) estudos; (c) trabalho; (d) namoro; (e) casamento; e (f) circunstâncias da perda; (ii) Origens; (iii) Diversão e (iv) Meio. Em cada uma destas dimensões foi dada pelos participantes uma variedade de resposta contudo, apenas se pretende fazer referência às comuns e mais predominantes.

Tabela 3 - Caracterização breve da história pessoal da amostra até ao falecimento do cônjuge

DIMENSÕES E SUBDIMENSÕES		Nº DE PARTICIPANTES QUE AS REFERENCIARAM
VIDA		
Acerca de si	Problemas de saúde	3
Estudos	Falta de oportunidades para estudar	2
	Oportunidades para estudar	3
Trabalho	Trabalho infantil	4
	Trabalho independente (bordados/agricultura)	5
	Trabalho em diferentes setores	4
Namoro	Não foi o 1.º namorado	7
	Eram vizinhos	3
Casamento	Tinha boa relação conjugal	7
	Relação conjugal 'desequilibrada'	4
	Tiveram descendentes	5
Circunstâncias da perda	Problema que conduziu à morte	13
	Não acreditar que fosse morrer	4
	Prestação de cuidados com e sem ajuda	9
ORIGENS	Referência ao local de antiga residência	2
DIVERSÃO	Passear	11
MEIO	Atitudes sociais conservadoras	2

Na dimensão (i) Vida, e em particular na subdimensões: (a) acerca de si, verificou-se que três participantes referiram ter problemas de saúde e, na subdimensão (b) estudos, é referido por dois participantes que tiveram falta de oportunidades para estudar e, por três participantes, que tiveram oportunidade para tal. Na subdimensão (c) trabalho, é referenciado por quatro participantes trabalho infantil, por cinco participantes trabalho independente (bordados e agricultura) e, por quatro participantes, trabalho em diferentes setores. Relativamente ao (d) namoro, sete participantes referem que o cônjuge não foi o primeiro namorado e três referem ter sido vizinho. No que diz respeito ao (e) casamento é referido por sete participantes ter tido uma boa relação conjugal. Porém, quatro participantes referem que tinham uma relação 'desequilibrada'. Cinco dos participantes fizeram referência à descendência, ou seja, o casamento representa um elo simbólico que deu origem aos filhos. Por fim, na subdimensão (f) circunstâncias da perda, a quase totalidade da amostra (treze participantes) refere o problema que conduziu à morte, dos quais quatro dizem que não acreditaram que o cônjuge fosse realmente morrer e nove dos participantes referem que durante o processo de morte tiveram ajuda dos familiares e vizinhos.

No que concerne à dimensão (ii) Origens não se verifica um padrão nas respostas, pois apenas dois participantes fazem referência ao local onde antes residia. Relativamente à dimensão (iii) diversão, onze participantes referem o passeio como uma atividade de lazer que era habitual e, por fim, no que diz respeito à dimensão (iv) meio, dois participantes expressam que o ambiente da sua comunidade era caracterizado por atitudes sociais conservadoras.

Veja-se, de seguida, a apresentação dos dados relativos à superação do processo de luto por parte dos participantes mapeados ao referencial CIF.

2. Análise dos resultados mapeados à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde

O mapeamento dos dados relativos à superação do processo de luto por parte dos participantes tendo por base o referencial CIF será apresentado em quatro perspetivas distintas: 2.1. análise por categorias, ID e unidades e subunidades de classificação; 2.2. análise por componentes, ID e unidades e subunidades de classificação; 2.3. análise por componentes, categorias e unidades e subunidades de classificação; e 2.4. comparação dos resultados obtidos com a *Cheklis*t geral da CIF.

2.1. Análise por categorias, ID e unidades e subunidades de classificação

Esta primeira análise está organizada por seis categorias (2.1.1. ‘mudanças na vida’; 2.1.2. ‘superação da dor’ (consciência da dor); 2.1.3. ‘estratégias do dia a dia’; 2.1.4. ‘apoios físicos e humanos’; 2.1.5. ‘o que mais gosta de fazer’; e 2.1.6. ‘o que menos gosta de fazer’) e por unidades de classificação (UC) e subunidades de classificação (SUC) da CIF. Nas referências que não foram passíveis de se classificarem num UC e SUC, aplicou-se a classificação ‘nd’ (não definido) categorizado em três naturezas: ‘nd-sg’ (saúde geral não definida), ‘nd-sm’ (saúde mental não definida) e ‘nd-qdv’ (qualidade de vida não definida). Para além disso, é ainda possível verificar o número de participantes (ID), por meio rural ou urbano, que refere determinada UC ou SUC.

2.1.1. Categoria 1 – ‘Mudanças na vida’

No que se refere à questão “O que mudou na sua vida?” os participantes mencionam catorze UC e SUC diferentes, sendo que três delas referem-se à classificação por ‘nd’. Consoante a UC ou SUC, cada participante menciona entre uma a cinco respostas (Tabela 4).

Tabela 4 – ‘Mudanças na vida’ por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
b152	.	.	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	.	.	5	5
d2303	.	(1)	1	1
d7103	(1)	.	.	.	1	1
d750	(1)	1	1
d7501	(1)	(1)	2	2
d8452	.	.	.	(1)	1	1
d8700	(1)	.	.	(2)	.	.	.	2	3
d9205	(1)	1	1
d930	1	1
e1101	.	.	.	(1)	1	1
e5700	(1)	.	.	(1)	2	2
nd-sg	.	(1)	.	(1)	(1)	.	(1)	.	.	(1)	.	(1)	.	.	6	6
nd-sm	(1)	(1)	.	(1)	.	(1)	.	.	.	4	4
nd-qdv	(1)	(2)	(1)	(1)	.	(3)	(2)	(1)	.	(3)	(1)	(1)	(1)	(1)	12	18
Total	4	3	2	5	2	1	3	2	2	4	5	3	1	2	40	47

Legenda: b152: funções emocionais; b2303: gestão do próprio nível de atividade; b7103: crítica nos relacionamentos; d750: relacionamentos sociais informais; d7501: relacionamentos informais com vizinhos; d8452: sair de um emprego; d8700: recursos económicos pessoais; d9205: socialização; d930: religião e espiritualidade; e1101: medicamentos; e5700: serviços relacionados com a segurança social; nd-sg: saúde geral não definida; nd-sm: saúde mental não definida; nd-qdv: qualidade de vida não definida; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Relativamente às respostas dadas, verificam-se duas classificações do componente ‘funções do corpo’: as ‘funções emocionais’ (b152) referidas por cinco participantes e ‘gerir o próprio nível de atividade’ (b2303), mencionada apenas por um participante do meio rural.

O componente ‘atividades e participação’ apresentou o maior número de respostas diferentes. No meio rural, um participante refere ‘relacionamentos sociais informais’ (d750), ‘sair de um emprego’ (d8452) e a ‘religião e espiritualidade’ (d930). No meio urbano, um participante refere ‘crítica nos relacionamentos’ (d7103) e a ‘socialização’ (d9205). Este mesmo componente é evidenciado por dois participantes por referirem haver mudança nos ‘relacionamentos informais com vizinhos’ (d7501) e nos ‘recursos económicos pessoais’ (d8700).

O componente ‘fatores ambientais’ apenas é especificado por participantes do meio rural, sendo que um participante refere que os ‘medicamentos’ (e1101) estão inerentes a uma mudança na sua vida e dois referem uma mudança em relação aos ‘serviços relacionados com a segurança social’ (e5700).

No entanto, a maior percentagem de respostas encontra-se nas especificidades do 'nd'. Da amostra total, seis (43%) participantes referem mudanças na 'saúde geral não definida' (nd-sg), quatro (29%) participantes na 'saúde mental não definida' (nd-sm) e doze (86%) participantes na 'qualidade de vida não definida' (nd-qdv).

2.1.2. Categoria 2 – 'Superação da dor' (consciência da dor)

Relativamente à segunda categoria, verifica-se que dos catorze participantes apenas um do meio urbano não faz qualquer relato da sua 'superação da dor', sendo que os que o referem relatam entre uma a cinco situações (Tabela 5).

Tabela 5 – 'Superação da dor' (consciência da dor) por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de x
UC e SUC																
b152	(1)	(6)	(7)	(3)	(2)	(1)	(6)	(1)	(5)	(4)	(1)	(1)	.	(2)	13	40
b160	(1)	1	1
b1603	(1)	1	1
b930	.	.	.	(1)	(1)	2	2
nd-sm	(1)	(2)	(4)	(1)	(1)	5	9
nd-qdv	.	(1)	(1)	(1)	3	3
Total	2	3	2	2	1	1	1	1	3	5	1	1	0	2	25	56

Legenda: b152: funções emocionais; b160: funções do pensamento; b1603: controlo do pensamento; d930: religião e espiritualidade; nd-sm: saúde mental não definida; nd-qdv: qualidade de vida não definida; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Esta categoria não contempla uma grande variedade de respostas contudo, das seis diferentes respostas, predomina o componente 'funções do corpo'. Destacam-se as 'funções emocionais' (b152), representada por treze (93%) dos participantes e as 'funções do pensamento' (b160) e o 'controlo do pensamento' (b1603), apesar de apenas referenciados por um participante do meio urbano. Do componente 'atividades e participação', a 'religião e espiritualidade' (b930) é evidenciada por dois participantes.

Relativamente às específicas do 'nd' verifica-se cinco (36%) participantes relativamente à 'saúde mental não definida' (nd-sm) e três (21%) referentes à 'qualidade de vida não definida' (nd-qdv).

2.1.3. Categoria 3 – ‘Estratégias do dia a dia’

A categoria ‘estratégias do dia a dia’ é a mais predominante de todas as categorias da entrevista, uma vez que apresenta vinte e quatro diferentes classificações (Tabela 6).

Tabela 6 – ‘Estratégias do dia a dia’ por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
b1560	(1)	1	1
b160	(1)	.	1	1
d230	(1)	(1)	2	2
d240	(1)	1	1
d4501	(1)	(1)	(1)	.	.	.	3	3
d4552	(1)	.	.	.	1	1
d630	.	(1)	1	1
d640	(1)	(1)	(1)	3	3
d6400	.	(1)	1	1
d6403	.	(1)	1	1
d650	(1)	(1)	.	(1)	3	3
d6501	(1)	.	1	1
d6505	.	(1)	(1)	(1)	.	.	.	(1)	(1)	(1)	6	6
d6506	.	.	(1)	.	.	(1)	(1)	3	3
d660	.	(2)	.	.	.	(1)	.	.	.	(1)	(1)	(1)	.	.	5	6
d750	(1)	(2)	(1)	(1)	.	4	5
d7600	(1)	(1)	.	.	2	2
d7603	.	(1)	(2)	2	3
d855	(1)	1	1
d920	(1)	.	(1)	.	2	2
d9202	.	.	.	(2)	1	2
d9203	(2)	.	.	.	(1)	2	3
d9204	(1)	.	(1)	(1)	(1)	.	(1)	.	(1)	.	.	(1)	(1)	.	8	8
d930	(1)	.	(3)	(1)	(2)	(3)	(1)	(1)	(2)	(2)	.	(2)	(1)	(1)	12	20
Total	7	8	4	3	2	6	5	3	4	5	4	4	7	5	67	80

Legenda: b1560: percepção auditiva; b160: funções do pensamento; d230: Executar a rotina diária; d240: lidar com o *stress* e outras exigências; d4501: andar distâncias longas; d4552: praticar desporto, como correr; d630: preparar refeições; d6403: utilizar aparelhos domésticos; d6400: lavar e secar roupa; d640: realizar as tarefas domésticas; d650: cuidar dos objetos da casa; d6501: manutenção da habitação e dos móveis; d6505: cuidar das plantas de interior ou exterior; d6506: cuidar dos animais; d660: ajudar os outros; d750: relacionamentos sociais informais; d7600: relacionamentos entre pais e filhos; d7603: relacionamentos com outros parentes; d855: trabalho não remunerado; d920: recreação e lazer; d9202: arte e cultura; d9203: artesanato; d9204: passatempos (“Hobbies”); d930: religião e espiritualidade; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Nesta categoria é bastante comum cada participante utilizar entre duas a oito diferentes estratégias. Das vinte e quatro classificações, duas pertencem ao componente ‘funções do corpo’ e as restantes ao componente ‘atividades e participação’. Relativamente ao primeiro, ‘funções do corpo’, verifica-se a ‘percepção auditiva’ (b1560) por um participante do meio rural e as ‘funções do pensamento’ (b160) por um participante do meio urbano.

No componente ‘atividades e participação’, é a ‘religião e espiritualidade’ (d930) a estratégia do dia a dia com maior prevalência, uma vez que doze (86%) dos participantes evidenciam-na. O domínio dos ‘passatempos’ (“Hobbies”) (d9204) é a segunda estratégia mais utilizada por

oito (57%) dos participantes, sobretudo para os do meio rural, e o ‘cuidar das plantas de interior ou exterior’ (d6505) a terceira estratégia, sendo referenciada por seis (43%) dos participantes, essencialmente do meio urbano.

A UC ‘Ajudar os outros’ (d660) é para os cinco participantes uma ‘estratégia do dia a dia’, tal como para os quatro participantes, sobretudo do meio urbano que consideraram manter e/ou criar ‘relacionamentos sociais informais’ (d750). ‘Andar distâncias longas’ (d4501), realizar as ‘tarefas domésticas’ (d640), cuidar dos objetos da casa (d650) e ‘cuidar dos animais’ (d6506) são ainda estratégias referenciadas por três participantes. ‘Executar a rotina diária’ (d230) é apenas referenciada por dois participantes do meio rural, tal como a ‘recreação e lazer’ (d920), referido por dois do meio urbano. Manter ‘relacionamentos entre pais e filhos’ (d7600), com ‘outros parentes’ (d7603) e fazer ‘artesanato’ (d9203) são algumas das ‘estratégias do dia a dia’ também relatadas por dois participantes.

Para além destas, há ainda oito classificações relativas a ‘estratégias do dia a dia’ expressas por apenas um participante. Os participantes do meio rural relatam ‘preparar refeições’ (d630), ‘lavar e secar roupa’ (d6400), ‘utilizar aparelhos domésticos’ (d6403) e usar também a ‘arte e cultura’ (d9202). Para os participantes do meio urbano, estes consideram como ‘estratégias do dia a dia’ o ‘lidar com o stresse e outras exigências’ (d240), ‘praticar desporto’, como ‘correr’ (d4552), fazer a ‘manutenção da habitação e dos móveis’ (d6501) e ter um ‘trabalho não remunerado’ (d855).

2.1.4. Categoria 4 - 'Apoios físicos e humanos'

No que concerne à questão “Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?” constata-se oito diferentes tipos de apoios de carácter físico ou humano, sendo que todos os participantes evidenciam ter ou ter tido entre um a cinco diferentes tipos de apoios (Tabela 7).

Tabela 7 – ‘Apoios físicos e humanos’ por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de x
UC e SUC																
b110	(1)	.	.	.	1	1
e1101	(1)	(1)	(1)	3	3
e310	(2)	.	(1)	(1)	(1)	(2)	.	(1)	(3)	(3)	.	(3)	.	(1)	10	18
e315	.	(1)	(1)	.	(1)	.	.	.	(1)	.	4	4
e320	(1)	(1)	2	2
e325	.	(2)	.	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	.	.	(2)	(3)	7	11
e340	.	(1)	(1)	2	2
e5700	(1)	.	.	(1)	(1)	.	.	3	3
Total	3	3	1	2	1	2	1	2	5	2	1	2	3	4	32	44

Legenda: b110: funções da consciência; e1101: medicamentos; e310: família próxima; e315: família alargada; e320: amigos; e325: conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e340: prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais; e5700: serviços relacionados com a segurança social; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Das oito diferentes classificações, sete pertencem ao componente dos ‘fatores ambientais’ e um ao ‘funções do corpo’: ‘funções da consciência’ (b110), referenciado por um participante do meio urbano. Setenta e um por cento (dez) dos participantes referem receber ou ter recebido apoio da ‘família próxima’ (e310), sendo esta a resposta com maior predominância dos diferentes tipos de apoio existentes. Contudo, sete (50%) dos participantes, principalmente do meio urbano, dão ênfase ao apoio prestado pelos ‘conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade’ (e325) e quatro (33%) à ‘família alargada’ (e315). O apoio através dos ‘medicamentos’ (e1101) e dos ‘serviços relacionados com a segurança social’ (e5700) é evidenciado por 3 participantes. Já no que concerne ao apoio prestado pelos ‘amigos’ (e320) e pelos ‘prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais’ (e340) foi citado por dois participantes.

2.1.5. Categoria 5 - 'O que mais gosta de fazer'

Relativamente à quinta categoria constata-se que os gostos das pessoas em realizar alguma tarefa enquadra-se no componente 'atividades e participação' (Tabela 8).

Tabela 8 – 'O que mais gosta de fazer' por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano							Total de ID	Total de x
ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14		
UC e SUC																
d2303	(1)	1	1
d570	(1)	(1)	2	2
d640	.	(1)	(1)	2	2
d650	(1)	(1)	.	2	2
d6505	(1)	(1)	.	.	(1)	.	.	3	3
d760	(1)	1	1
d7600	.	.	(1)	1	1
d920	(1)	.	.	.	1	1
d9202	.	.	.	(1)	(1)	.	.	2	2
d9204	.	.	(1)	.	.	.	(1)	2	2
d930	.	(1)	(1)	.	.	.	2	2
Total	2	2	2	1	1	0	1	1	1	1	2	2	1	2	19	19

Legenda: d2303: gerir o seu próprio nível de atividade; d570: cuidar da própria saúde; d640: realizar as tarefas domésticas; d650: cuidar dos objetos da casa; d6505: cuidar das plantas de interior ou exterior; d760: relacionamentos familiares; d7600: relacionamentos entre pais e filhos; d920: recreação e lazer; d9202: arte e cultura; d9203: artesanato; d9204: passatempos ("Hobbies"); d930: religião e espiritualidade; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Verifica-se uma heterogeneidade nas respostas, sendo que das doze diferentes classificações referidas, as pessoas indicam uma ou duas atividades que tenham gosto em fazer após a perda do cônjuge (houve um participante do meio rural que não respondeu à questão).

'Cuidar das plantas de interior ou exterior' (d6505) é a atividade mais relatada nesta categoria, contudo, dos catorze participantes, apenas três (21%) a referiram, principalmente os do meio urbano. Para além do cuidado das plantas verificam-se relatos de outros cuidados: 'cuidar dos objetos da casa' (D650) e 'da própria saúde' (d570), referido por dois participantes. Verifica-se também em dois participantes o interesse na prática da 'religião e a espiritualidade' (d930), em realizar 'tarefas domésticas' (d640), atividades de 'arte e cultura' (d9202) e, para os participantes do meio rural, em ter um 'passatempo' ("Hobbies") (d9204).

Houve apenas um participante do meio urbano que, após a perda do cônjuge, referiu gostar de fazer outras atividades: gerir o seu próprio nível de atividade (d2303), ter atividades no âmbito da 'recreação e lazer' (d920), manter ou criar 'relacionamentos familiares' (d760); um participante do meio rural, refere unicamente o interesse no 'relacionamento com os filhos' (relacionamentos entre pais e filhos) (d7600).

2.1.6. Categoria 6 - 'O que menos gosta de fazer'

Esta categoria é que apresenta menores evidências no mapeamento: dos catorze participantes apenas cinco respondem à questão "O que menos gosta de fazer depois dessa perda?", sendo que um participante é do meio urbano (Tabela 9).

Tabela 9 – 'O que menos gosta de fazer' por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID 1	ID 2	ID 3	ID 4	ID 5	ID 6	ID 7	ID 8	ID 9	ID 10	ID 11	ID 12	ID 13	ID 14	Total de ID	Total de x
UC e SUC																
d6301	(1)	.	.	(1)	2	2
d6401	(1)	1	1
d9205	(1)	1	1
Nd-qdv	(1)	1	1
Total	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	5	5

Legenda: nd-qdv: qualidade de vida não definida; d6301: preparar refeições complexas; d6401: limpar a cozinha e utensílios; d9205: socialização; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

A SUC 'Preparar refeições complexas' (d6301) é a classificação mais predominante, referida por dois (14%) dos participantes do meio rural e, também deste meio, a 'socialização' (d9205) é referida por um participante. 'Limpar a cozinha e utensílios' (d6401) é referenciado por um participante do meio urbano. A 'qualidade de vida não definida' (nd-qdv) é mencionada apenas por um participante e do meio rural.

2.2. Análise por componentes, ID, unidades e subunidades de classificação

Esta segunda análise apresenta os dados por componentes (classificação de primeiro nível), participantes (ID) e unidades e subunidades de classificação (de segundo e terceiro nível), assim como por especificidades de 'nd' (não definida). De ressaltar que dos quatro componentes presentes na CIF não foi considerado o 'Estruturas do corpo' (s) por não se ter verificado qualquer mapeamento das respostas ao mesmo.

2.2.1. Componente ‘funções do corpo’ (b)

No que concerne ao componente ‘funções do corpo’ (b) verifica-se que no mapeamento das respostas dos catorze participantes surgem em uma área, em dois domínios, com três unidades e com duas subunidades de classificação (Tabela 10).

Tabela 10 - ‘Funções do corpo’ (b) por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
b110	(1)	.	.	.	1	1
b152	(1)	(6)	(8)	(3)	(2)	(1)	(6)	(1)	(6)	(5)	(2)	(2)	.	(2)	13	45
b1560	(1)	1	1
b160	(1)	.	.	(1)	.	2	2
b1603	(1)	1	1
Total	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	18	50

Legenda: b110: funções da consciência; b152: funções emocionais; b1560: percepção auditiva; B160: funções do pensamento; b1603: controlo do pensamento; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Na área das funções mentais, constata-se a presença dos domínios funções mentais globais e funções mentais específicas, e que variam entre um e três. No primeiro é referenciado as ‘funções da consciência’ (b110) por um participante do meio urbano. No domínio das ‘funções mentais específicas’, os participantes relatam três diferentes unidades de classificação e uma subunidade de classificação: ‘funções emocionais’ (b152), com maior prevalência, é referenciada por treze (93%) dos participantes, sendo sete do meio rural e ‘percepção auditiva’ (b1560), referido por um participante do meio urbano. Neste mesmo domínio é ainda referida a ‘função do pensamento’ (b160) por apenas dois participantes do meio urbano. Relativamente ao ‘controlo do pensamento’ (b1603), verifica-se uma referência de um participante do meio urbano.

2.2.2. Componente ‘atividades e participação’ (d)

Atendendo ao componente das ‘atividades e participação’ (d) verifica-se uma diversidade de áreas (seis), domínios (nove), unidades (doze) e subunidades (vinte) de classificações referenciadas, em que cada participante tende a mencionar entre quatro e onze UC e SUC (Tabela 11).

Tabela 11 - ‘Atividades e participação’ (d) por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
d230	(1)	(1)	2	2
d2303	.	(1)	(1)	2	2
d240	(1)	1	1
d4501	(1)	(1)	(1)	.	.	.	3	3
d4552	(1)	.	.	.	1	1
d570	(1)	(1)	2	2
d630	.	(1)	1	1
d6301	(1)	.	.	(1)	2	2
d640	.	(1)	(1)	(1)	(2)	4	5
d6400	.	(1)	1	1
d6401	(1)	1	1
d6403	.	(1)	1	1
d650	(1)	.	.	.	(1)	.	(1)	.	(1)	.	.	.	(1)	.	5	5
d6501	(1)	.	1	1
d6505	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	.	.	(2)	(1)	(1)	8	9
d6506	.	.	(1)	.	.	(2)	(1)	3	4
d660	.	(2)	.	.	.	(1)	.	.	.	(1)	(1)	(1)	.	.	5	6
d7103	(1)	.	.	.	1	1
d750	(1)	(2)	(1)	(1)	.	4	5
d7501	(1)	(1)	2	2
d760	(1)	1	1
d7600	.	.	(1)	.	.	(1)	(1)	.	.	3	3
d7603	.	(1)	(2)	2	3
d8452	.	.	.	(1)	1	1
d855	(1)	1	1
d8700	(1)	.	.	(2)	.	.	.	2	3
d920	(2)	.	(1)	.	2	3
d9202	.	.	.	(3)	(1)	.	.	2	5
d9203	(1)	.	.	.	(2)	2	3
d9204	(1)	.	(2)	(1)	(1)	.	(3)	.	(1)	.	.	.	(1)	(1)	8	11
d9205	(1)	.	.	.	(1)	2	22
d930	(1)	(2)	(2)	(2)	(2)	(3)	(1)	(1)	(2)	(2)	(1)	(2)	(1)	(2)	14	24
Total	10	11	5	5	4	7	5	5	6	5	7	5	7	7	91	135

Legenda: d230: Executar a rotina diária; d2303: gerir o seu próprio nível de atividade; d240: lidar com o *stress* e outras exigências; d4501: andar distâncias longas; d4552: praticar desporto; d570: cuidar da própria saúde; d630: preparar refeições; d6301: preparar refeições complexa; d640: realizar as tarefas domésticas; d6400: lavar e secar roupa; d6401: limpar a cozinha e utensílios; d6403: utilizar aparelhos domésticos; d650: cuidar dos objetos da casa; d6501: manutenção da habitação e dos móveis; d6505: cuidar das plantas de interior ou exterior; d6506: cuidar dos animais; d660: ajudar os outros; d7103: crítica nos relacionamentos; d750: relacionamentos sociais informais; d7501: relacionamentos informais com vizinhos; d760: relacionamentos familiares; d7600: relacionamentos entre pais e filhos; d7603: relacionamentos com outros parentes; d8452: sair de um emprego; d855: trabalho não remunerado; d8700: recursos económicos pessoais; d920: recreação e lazer; d9202: arte e cultura; d9203: artesanato; d9204: passatempos (“Hobbies”); d9205: socialização; d930: religião e espiritualidade; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

No que diz respeito à área das tarefas e exigências gerais, encontra-se a UC 'executar a rotina diária' (d230), referida por dois participantes do meio rural e, uma das suas SUC, o 'gerir o seu próprio nível de atividade' (d2303) é referenciado por dois participantes. 'Lidar com o stresse e outras exigências' (d240) é referenciado por um participante do meio urbano, três participantes referem 'andar distâncias longas' (d4501) e um do meio urbano expressa 'correr' (d4552).

Relativamente à área do autocuidado, dois participantes referem 'cuidar da própria saúde' (d570), um do meio urbano referencia 'preparar as refeições' (d630) e dois do meio rural mencionam 'preparar refeições complexas' (d6301).

A área da 'vida doméstica' é um tema bastante referenciado pelos participantes, sendo que quatro participantes referem realizar 'tarefas domésticas' (d640). Dentro destas, um participante do meio rural refere 'lavar e secar a roupa' (d6400) e 'utilizar aparelhos domésticos' (d6403); 'limpar a cozinha e os utensílios' (d6401) é referido por um participante do meio urbano. No domínio do 'cuidar dos objetos da casa' e 'ajudar os outros', cinco participantes referem 'cuidar dos objetos da casa' (d650) e oito (57%) dos participantes (cinco são do meio urbano) referem 'cuidar das plantas de interior e exterior' (d6505), três (dois do meio rural) expõem o 'cuidar dos animais' (d6506) e um participante do meio urbano menciona a 'manutenção da habitação e dos móveis' (d6501). Para além destas, verificam-se cinco (três do meio urbano) referências em 'ajudar os outros' (d660).

No que diz respeito à área das 'interações e relacionamentos interpessoais', no domínio das 'interações interpessoais gerais', verifica-se que um participante do meio urbano refere uma 'crítica nos relacionamentos' (d7103) relativamente à família. Os 'relacionamentos sociais informais' (d750) são referidos por cinco participantes, principalmente do meio rural, e dentro destes, a subunidade de classificação 'relacionamentos informais com os vizinhos' (d7501) por dois participantes. Quanto aos 'relacionamentos familiares' (d760), apenas é referenciado por um participante do meio urbano e citado por três participantes o criar ou manter 'relacionamentos entre pais e filhos' (d7600) e por dois participantes o ter 'relacionamentos com outros parentes' (d7603).

Relativamente à área 'áreas principais da vida', no domínio 'trabalho e emprego', um participante do meio urbano refere o 'trabalho não remunerado' (d855) e um participante do meio rural refere 'sair de um emprego' (d8452). Quanto ao domínio vida económica, dois

participantes do meio urbano referem ter um ‘controlo dos recursos económicos pessoais’ (d8700).

Por fim, a maioria dos participantes apresenta relatos relacionados com a área da ‘vida comunitária, social e cívica’, manifestando uma diversidade de atividades associadas à ‘recreação e lazer’. Atendendo às unidades e subunidades de classificação, a ‘recreação e lazer’ (d920) é referenciada por dois participantes do urbano, sendo os ‘passatempos’ (“Hobbies”) (d9204) mencionada por oito (57%) dos participantes, a ‘arte e cultura’ (d9202), o ‘artesanato’ (d9203) e a ‘socialização’ (d9205) por dois participantes cada. Atendendo à unidade de classificação da ‘religião e espiritualidade’ (d930) pode dizer-se que é a atividade dominante neste componente, ‘atividades e participação’, uma vez que é a única que é referenciada por 100% dos participantes.

2.2.3. Componente ‘fatores ambientais’ (e)

No que diz respeito ao componente dos ‘fatores ambientais’ (e) verifica-se uma diversidade de áreas (três), unidades (cinco) e subunidades (duas) de classificações referenciados, em que cada participante tende a mencionar entre uma e cinco UC e SUC (Tabela 12).

Tabela 12 - ‘Fatores ambientais’ (e) por ID, UC e SUC

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
e1101	(1)	.	.	(1)	(1)	(1)	4	4
e310	(2)	.	(1)	(1)	(1)	(2)	.	(1)	(3)	(2)	.	(3)	.	(1)	10	17
e315	.	(1)	(1)	.	(1)	.	.	.	(1)	.	4	4
e320	(1)	(1)	2	2
e325	.	(1)	.	.	.	(1)	.	(1)	(1)	(1)	.	.	(1)	(1)	7	7
e340	.	(1)	(1)	2	2
e5700	(2)	.	.	(2)	(1)	.	.	3	5
Total	3	3	1	3	1	2	1	2	5	2	0	2	3	4	32	41

Legenda: e1101: medicamentos; e310: família próxima; e315: família alargada; e320: amigos; e325: conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e340: prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais; e5700: serviços relacionados com a segurança social; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Na área dos ‘produtos e tecnologia’, no que se refere à SUC ‘medicamentos’ (e1101), quatro participantes recorrem a este apoio.

Quanto à área dos ‘apoios e relacionamentos’, são os mais expressos pelos participantes neste componente. O apoio da ‘família próxima’ (e310) é o apoio mais prevalente uma vez que é referenciado por dez (71%) dos participantes, o apoio de ‘conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade’ (e325) que é mencionado por sete (50%) dos participantes, o

apoio da ‘família alargada’ (e315) é relatado por quatro participantes, e o apoio dos ‘amigos’ (e320) e o apoio dos ‘prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais’ (e340) por dois participantes cada.

Por último, quanto à área dos ‘serviços, sistemas e políticas’, conjunto organizado para responder às necessidades das pessoas, é mencionado por três participantes os relacionados com a ‘segurança social’ (e5700).

2.2.4. Classificação de ‘nd’ (não definida)

Relativamente às quatro diferentes especificidades abordadas por Cieza e colaboradores (2005) verifica-se, na totalidade das respostas, a referência a três dessas (Tabela 13).

Tabela 13 - Classificação de ‘nd’ (não definida) por ID

Meio	Rural							Urbano								
ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	ID	Total de ID	Total de x
UC e SUC	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
nd-sg	.	(1)	.	(1)	(1)	.	(1)	.	.	(1)	.	(1)	.	.	6	6
nd-sm	(2)	(2)	(3)	.	.	.	(1)	.	(2)	(1)	(1)	.	.	.	6	12
nd-qdv	(1)	(3)	(1)	(1)	(1)	(3)	(2)	(1)	(1)	(4)	(1)	(1)	(1)	(1)	14	22
Total	2	3	2	2	2	1	3	1	2	3	2	2	1	1	27	40

Legenda: nd-sg: saúde geral não definida; nd-sm: saúde mental não definida; nd-qdv: qualidade de vida não definida; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

O mapeamento das respostas por ‘nd’ é de uma a três por participante. A ‘qualidade de vida não definida’ (nd-qdv) é a predominante, uma vez que é mencionada por 100% dos participantes, e a ‘saúde mental não definida’ (nd-sm) e ‘saúde geral não definida’ (nd-sg) são mencionadas por seis participantes cada (sendo essa última por participantes sobretudo do meio rural).

2.3. Análise por componentes, categorias, unidades e subunidades de classificação

Com esta terceira análise pretende-se fazer um cruzamento dos resultados obtidos na primeira e na segunda análise. Deste modo, pretende-se analisar, nas respostas a cada uma das seis categorias (perguntas), o número de referências feito por UC e SUC de cada um dos três componentes abrangidos no mapeamento à CIF.

2.3.1. Componente ‘funções do corpo’ (b) e categorias

Relativamente às unidades e subunidades de classificação específicas do componente ‘funções do corpo’ (b) referenciadas (mapeadas) nas respostas dos participantes, verifica-se que essas são quatro UC e duas SUC, e que estão presentes em quatro das seis categorias (perguntas) existentes na entrevista: ‘mudanças na vida’ [1], na da ‘superação da dor’ [2], na das ‘estratégias do dia a dia’ [3] e na dos ‘apoios físicos e humanos’ [4] (Tabela 14).

Tabela 14 - ‘Funções do corpo’, UC e SUC por categorias

Categorias	1	2	3	4	5	6	Total de x
UC e SUC							
b110	.	.	.	(1)	.	.	1
b152	(5)	(40)	45
b1560	.	.	(1)	.	.	.	1
b160	.	(1)	(1)	.	.	.	2
b1603	.	(1)	1

Legenda: 1. ‘mudanças na vida’; 2. ‘superação da dor’; 3. ‘estratégias do dia a dia’; 4. ‘apoios físicos e humanos’; 5. ‘o que mais gosta de fazer’; 6. ‘o que menos gosta de fazer’; b110: funções da consciência; b152: funções emocionais; b1560: percepção auditiva; b160: funções do pensamento; b1603: controlo do pensamento; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

A UC mais referida nas respostas dos participantes é a UC ‘funções emocionais’ (b152), mencionada quarenta e cinco vezes na totalidade: cinco vezes na categoria ‘mudanças na vida’ [1] e quarenta na categoria ‘superação da dor’ [2]. A UC ‘função do pensamento’ (b160) encontra-se referenciada duas vezes, uma na categoria ‘superação da dor’ [2] e outra na ‘estratégias do dia a dia’ [3], a UC ‘funções da consciência’ (b110) está referenciada apenas uma vez e na categoria dos ‘apoios físicos e humanos’ [4], e quanto às SUC ‘percepção auditiva’ (b1560) e ‘controlo do pensamento’ (b1603) são apenas referidas uma vez na categoria ‘estratégias do dia a dia’ [3] e na categoria ‘superação da dor’ [2], respetivamente.

Por fim, não foram referidas nenhuma UC e SUC do componente ‘funções do corpo’ nas respostas às perguntas ‘o que mais gosta de fazer’ [5] e ‘o que menos gosta de fazer’ [6].

2.3.2. Componente ‘atividades e participação’ (d) e categorias

No componente ‘atividades e participação’ (d), verificam-se doze UC e vinte SUC referenciadas nas respostas às cinco das seis categorias (perguntas) existentes na entrevista: ‘mudanças na vida’ [1], na da ‘superação da dor’ [2], na das ‘estratégias do dia a dia’ [3], ‘o que mais gosta de fazer’ [5] e ‘o que menos gosta de fazer’ [6] (Tabela 15).

Tabela 15 - ‘Atividades e participação’ UC e SUC por categorias

Categorias	1	2	3	4	5	6	Total de x
UC e SUC							
d230	.	.	(2)	.	.	.	2
d2303	(1)	.	.	.	(1)	.	2
d240	.	.	(1)	.	.	.	1
d4501	.	.	(3)	.	.	.	3
d4552	.	.	(1)	.	.	.	1
d570	(2)	.	2
d630	.	.	(1)	.	.	.	1
d6301	(2)	2
d640	.	.	(3)	.	(2)	.	5
d6400	.	.	(1)	.	.	.	1
d6401	(1)	1
d6403	.	.	(1)	.	.	.	1
d650	.	.	(3)	.	(2)	.	5
d6501	.	.	(1)	.	.	.	1
d6505	.	.	(6)	.	(3)	.	9
d6506	.	.	(4)	.	.	.	4
d660	.	.	(6)	.	.	.	6
d7103	(1)	1
d750	(1)	.	(5)	.	.	.	6
d7501	(2)	2
d760	(1)	.	1
d7600	.	.	(2)	.	(1)	.	3
d7603	.	.	(3)	.	.	.	3
d8452	(1)	1
d855	.	.	(1)	.	.	.	1
d8700	(3)	3
d920	.	.	(2)	.	(1)	.	3
d9202	.	.	(2)	.	(2)	.	4
d9203	.	.	(3)	.	.	.	3
d9204	.	.	(9)	.	(2)	.	11
d9205	(1)	(1)	2
d930	(1)	(1)	(19)	.	(2)	.	23

Legenda: 1. ‘mudanças na vida’; 2. ‘superação da dor’; 3. ‘estratégias do dia a dia’; 4. ‘apoios físicos e humanos’; 5. ‘o que mais gosta de fazer’; 6. ‘o que menos gosta de fazer’; d230: executar a rotina diária; d2303: gerir o seu próprio nível de atividade; d240: lidar com o stress e outras exigências; d4501: andar distâncias longas; d4552: praticar desporto; d570: cuidar da própria saúde; d630: preparar refeições; d6301: preparar refeições complexa; d640: realizar as tarefas domésticas; d6400: lavar e secar roupa; d6401: limpar a cozinha e utensílios; d6403: utilizar aparelhos domésticos; d650: cuidar dos objetos da casa; d6501: manutenção da habitação e dos móveis; d6505: cuidar das plantas de interior ou exterior; d6506: cuidar dos animais; d660: ajudar os outros; d7103: crítica nos relacionamentos; d750: relacionamentos sociais informais; d7501: relacionamentos informais com vizinhos; d760: relacionamentos familiares; d7600: relacionamentos entre pais e filhos; d7603: relacionamentos com outros parentes; d8452: sair de um emprego; d855: trabalho não remunerado; d8700: recursos económicos pessoais; d920: recreação e lazer; d9202: arte e cultura; d9203: artesanato; d9204: passatempos (“Hobbies”); d9205: socialização; d930: religião e espiritualidade; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

A 'religião e espiritualidade' (d930) é a UC mais referenciada (vinte e três referências) e num maior número de categorias. Em quatro das categorias da entrevista semiestruturada está referenciada dezanove vezes na 'estratégias do dia a dia' [3], duas vezes na 'o que mais gosta de fazer' [5] e uma vez na 'mudanças na vida' [1] e 'superação da dor' [2]. A segunda UC mais referenciada é a 'passatempos' ("Hobbies") (d9204), referida onze vezes, das quais nove na categoria 'estratégias do dia a dia' [3] e duas na categoria 'o que mais gosta de fazer' [5]. O 'cuidar das plantas de interior e exterior' (d6505) é a terceira SUC mais referenciada, nove vezes: seis na categoria 'estratégias do dia a dia' [3] e três na 'o que mais gosta de fazer' [5]. A quarta UC mais referenciada é os 'relacionamentos sociais informais' (d750), referida seis vezes, das quais quatro na categoria das 'estratégias do dia a dia' [3] e uma vez na 'mudança na vida' [1]. A UC 'ajudar os outros' (d660) também é referida seis vezes, na categoria 'estratégias do dia a dia' [3]. As restantes nove UC e dezoito SUC foram referenciadas entre uma a cinco vezes. As UC foram referenciadas em três categorias da entrevista semiestruturada: uma na 'mudança na vida' [1], uma na 'estratégias do dia a dia' [3] e cinco na 'o que mais gosta de fazer' [5]. Quanto às SUC, estas foram referenciadas em quatro categorias da entrevista semiestruturada: seis na 'mudança na vida' [1], dez na 'estratégias do dia a dia' [3], três na 'o que mais gosta de fazer' [5] e três na 'o que menos gosta de fazer' [6].

No que ao componente 'atividades e participação' diz respeito, verifica-se uma diversidade de categorias referenciadas. Das seis categorias apenas a categoria [4] não é mencionada (apoios humanos e físicos). Das categorias 'mudanças na vida' [1], 'superação da dor' [2], 'estratégias do dia a dia' [3], 'o que mais gosta de fazer' [5] e 'o que menos gosta de fazer' [6] verifica-se que é a 'estratégias do dia a dia' [3] que está em maior predominância.

2.3.3. Componente ‘fatores ambientais’ (e) e categorias

Relativamente ao componente ‘fatores ambientais’ (e) verificam-se cinco UC e duas SUC referenciadas (mapeadas) nas respostas dos participantes em duas das seis categorias (perguntas) existentes na entrevista semiestruturada: ‘mudanças na vida’ [1] e ‘apoios físicos e humanos’ [4] (Tabela 16).

Tabela 16 - ‘Fatores ambientais’ UC e SUC por categorias

Categorias	1	2	3	4	5	6	Total de x
UC e SUC							
e1101	(1)	.	.	(3)	.	.	4
e310	.	.	.	(17)	.	.	17
e315	.	.	.	(4)	.	.	4
e320	.	.	.	(2)	.	.	2
e325	.	.	.	(7)	.	.	7
e340	.	.	.	(2)	.	.	2
e5700	(2)	.	.	(3)	.	.	5

Legenda: 1. ‘mudanças na vida’; 2. ‘superação da dor’; 3. ‘estratégias do dia a dia’; 4. ‘apoios físicos e humanos’; 5. ‘o que mais gosta de fazer’; 6. ‘o que menos gosta de fazer’; e1101: medicamentos; e310: família próxima; e315: família alargada; e320: amigos; e325: conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade; e340: prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais; e5700: serviços relacionados com a segurança social; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

A UC mais referida nas respostas dos participantes é a UC ‘família próxima’ (e310), mencionada dezassete vezes na categoria ‘apoios físicos e humanos’ [4]. Nesta mesma categoria é referenciada sete vezes a UC ‘conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade’ (e325). A SUC ‘serviços relacionados com a segurança social’ (e5700) é mencionada cinco vezes em duas categorias: mudança na vida [1] e ‘apoios físicos e humanos’ [4].

A UC ‘família alargada’ (e315) e a SUC ‘medicamentos’ (e1101) são mencionadas quatro vezes, a primeira na categoria ‘apoios físicos e humanos’ [4] e a segunda na ‘mudança na vida’ [1] e na ‘apoios físicos e humanos’ [4].

As restantes duas UC, ‘amigos’ (e320) e ‘prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais’ (e340) são apenas referidas duas vezes na categoria ‘apoios físicos e humanos’ [4], respetivamente. A SUC ‘serviços relacionados com a segurança social’ (e5700) é mencionada em duas categorias: ‘mudança na vida’ [1] e ‘apoios físicos e humanos’ [4].

2.3.4. Classificação 'nd' (não definida) e categorias

No que concerne às quatro especificidades de 'nd' (não definida) verifica-se, na totalidade das respostas, a referência a três dessas ('nd-sg'; 'nd-sm' e 'nd-qdv'), em três das seis categorias (perguntas) existentes na entrevista semiestruturada: 'mudanças na vida' [1], 'superação da dor' [2] e na 'o que menos gosta de fazer' [6] (Tabela 17).

Tabela 17- Classificação 'nd' por categorias

Categorias	1	2	3	4	5	6	Total de x
Classificação							
nd-sg	(6)	6
nd-sm	(4)	(9)	13
nd-qdv	(18)	(3)	.	.	.	(1)	22

Legenda: 1. 'mudanças na vida'; 2. 'superação da dor'; 3. 'estratégias do dia a dia'; 4. 'apoios físicos e humanos'; 5. 'o que mais gosta de fazer'; 6. 'o que menos gosta de fazer'; nd-sg: saúde geral não definida; nd-sm: saúde mental não definida; nd-qdv: qualidade de vida não definida; ID: Participante; UC: Unidade de classificação; SUC: Subunidade de classificação.

Do mapeamento das respostas por especificidades 'nd', nomeadamente a 'qualidade de vida não definida' (nd-qdv) é a mais referenciada (vinte e duas vezes) e num maior número de categorias. Em três das categorias da entrevista semiestruturada está referenciada em dezoito vezes na 'mudanças da vida' [1], três vezes na 'superação da dor' [2] e uma vez na 'o que menos gosta de fazer' [6]. A segunda especificidade 'nd' mais referenciada foi a 'saúde mental não definida' (nd-sm), por treze vezes em duas categorias: quatro na 'mudanças na vida' [1] e nove na 'superação da dor' [2]. A última e a terceira especificidade 'nd' mais referenciada é 'saúde geral não definida' (nd-sg), por seis vezes em apenas uma categoria, 'mudanças na vida' [1].

2.4. Comparação dos resultados obtidos com a *Checklist* geral da CIF

A *Checklist* geral da CIF é uma ferramenta que foi desenvolvida pela OMS em 2004 com o intuito de criar uma ferramenta que permitisse registar de forma simples e eficiente as informações necessárias para o desenho do perfil de uma pessoa no que respeita à funcionalidade e à incapacidade (Anexo VII). Nesse sentido, esta *checklist* é uma versão reduzida da CIF, contemplando um menor número de UC nos diferentes quatro componentes. Uma vez que ainda não existe nenhum *core set* desenvolvido no âmbito do luto, recorreu-se a esta mesma *checklist* para uma análise comparativa com os resultados obtidos neste presente estudo, por forma a contribuir para futuros estudos (e que exigem uma outra metodologia

para o desenvolvimento de um *core set*). Outra hipótese seria utilizar como base de comparação um *core set* que se aproximasse desta temática já desenvolvido, como o genérico para a reabilitação, mas não se considerou que fosse conceitualmente adequado igualar o processo de luto ao de reabilitação.

Deste modo, procedeu-se a três tipos de comparação: 3.4.1. a correspondência entre as UC mapeadas no presente estudo e as que constam na *Checklist* geral da CIF; 3.4.2. as UC que constam na *Checklist* geral da CIF mas que não estão mapeadas no presente estudo; e por último 3.4.3. as UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na *Checklist* geral da CIF.

Passam-se a apresentar os resultados das respetivas comparações.

2.4.1. UC mapeadas no presente estudo e as da *Checklist* geral CIF

Das dezasseis UC mapeadas no presente estudo e das cento e vinte e cinco que constam na *Checklist* geral da CIF, é possível verificar que nos três componentes considerados registam-se dezasseis correspondências (Quadro 1).

Quadro 1 – Correspondência das UC mapeadas no presente estudo e as da *Checklist* geral da CIF

‘Funções do Corpo’ (b)
Funções mentais: 2 (b110; b152; b156).
‘Estruturas do corpo’ (s)
‘Atividades e Participação’ (d)
Mobilidade: 1 (d450)
Vida doméstica: 3 (d630; d640; d660)
Interações e relacionamentos interpessoais: 3 (d710; d750; d760)
Vida comunitária, social e cívica: 2 (d920; d930)
‘Fatores ambientais’ (e)
Apoios e relacionamentos: 4 (e310; e320; e325; e340)
Serviços e sistemas e políticas: 1 (e570).

No componente ‘funções do corpo’, três UC não constam na *Checklist* geral da CIF (no que se refere ao componente ‘estruturas do corpo’, não se regista nenhuma UC). Relativamente ao componente ‘atividades e participação’, verificaram-se nove e, no componente dos ‘fatores ambientais’, apenas cinco UC.

2.4.2. UC que constam na *Checklist* geral da CIF e não mapeadas no presente estudo

Numa segunda comparação analisaram-se as UC que estão presentes na *Checklist* geral da CIF mas que não estão presentes nos resultados obtidos no presente estudo (Quadro 2).

Quadro 2 - UC da *Checklist* geral da CIF e não mapeadas no presente estudo

‘Funções do Corpo’ (b)
Funções do corpo: 0
Funções mentais: 9 (b114; b117; b130; b134; b140; b144; b156; b164; b167)
Funções sensoriais e dor: 3 (b210; b230; b235; b280)
Funções da voz e da fala: 1 (b310)
Funções do aparelho cardiovascular, dos sistemas hematológico e imunológico e do aparelho respiratório: 5 (b410; b420; b430; b435; b440)
Funções do aparelho digestivo e dos sistemas metabólico e endócrino: 4 (b515; b525; b530; b555)
Funções geniturinárias e reprodutivas: 2 (d620; d640)
Funções neuromusculoesqueléticas e relacionadas com o movimento: 4 (b710; b730; b735; b765)
‘Estruturas do Corpo’ (s)
Estruturas do corpo: 0
Estrutura do sistema nervoso: 2 (s110; s120)
Olho, ouvido e estruturas relacionadas: 0
Estruturas relacionadas com a voz e a fala: 0
Estruturas do aparelho cardiovascular, do sistema imunológico e do aparelho respiratório: 2 (s410; s430)
Estruturas relacionadas com o aparelho digestivo e com os sistemas metabólico e endócrino: 0
Estruturas relacionadas com os aparelhos geniturinário e reprodutivo: 2 (s610; s630)
Estruturas relacionadas com o movimento: 6 (s710; s720; s730; s740; s750; s760)
Pele e estruturas relacionadas: 0
‘Atividades e Participação’ (d)
Aprendizagem e aplicação de conhecimento: 6 (d110; d115; d140; d145; d150; d175)
Tarefas e exigências gerais: 2 (d210; d220)
Comunicação: 5 (d310; d315; d330; d335; d350)
Mobilidade: 6 (d430; d440; d450; d465; d470; d475)
Auto cuidados: 6 (d510; d520; d530; d540; d550; d570)
Vida doméstica: 1 (d620)
Interações e relacionamentos interpessoais: 5 (d710; d720; d730; d740; d770)
Áreas principais da vida: 7 (d810; d820; d830; d840; d850; d860; d870)
Vida comunitária, social e cívica: 3 (d910; d940; d950)

‘Fatores ambientais’ (3)

Produtos e tecnologia: 6 (e110; e115; e120; e125; e150; e155)

Ambiente Natural e mudanças ambientais feitas pelo homem: 3 (e225; e240; e250)

Apoio e relacionamentos: 3 (e330; e355; e360)

Atitudes: 7 (e410; e420; e440; e450; e455; e460; e465)

Serviços e sistemas e políticas: 9 (e525; e535; e540; e550; e570; e575; e580; e585; e590)

Neste sentido, em cento e vinte e cinco UC verifica-se que cento e nove não emergiram no presente estudo. No componente ‘funções do corpo’, não emergiram trinta UC, (e no não incluído no presente estudo, no que respeita à ‘estrutura do corpo’ doze UC). Relativamente aos componentes ‘atividades e participação’ quarenta e uma UC e ‘fatores ambientais’ vinte e oito UC.

2.4.3. UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na Checklist geral da CIF

Numa terceira comparação percebe-se que existem 9 resultados obtidos no estudo mas que não foram encontrados na Checklist geral da CIF, nomeadamente em todos os componentes da CIF (Quadro 3).

Quadro 3 - UC mapeadas no presente estudo mas que não constam na Checklist geral CIF

‘Funções do Corpo’ (b)
Funções mentais: 1 (b160)
‘Estruturas do Corpo’ (s)
‘Atividades e Participação’ (d)
Tarefas e exigências gerais: 2 (d230; d240)
Mobilidade: 1 (d455)
Vida doméstica: 1 (d650)
Áreas principais da vida: 3 (d845; d855; d870)
‘Fatores ambientais’ (e)
Apoio e relacionamentos: 1 (e315)

Relativamente ao componente ‘funções do corpo’ apenas uma UC não consta na Checklist geral CIF (no que se refere ao componente ‘estruturas do corpo’, não se regista nenhuma UC). Já no que concerne ao componente ‘atividades e participação’ verificaram-se sete e no componente dos ‘fatores ambientais’ apenas uma UC.

CAPÍTULO IV - DISCUSSÃO

Neste capítulo pretende-se discutir e refletir os dados obtidos e analisados nas quatro diferentes análises. Esta discussão parte da 1.^a e 2.^a análise em simultâneo, sendo que a 3.^a análise desenvolveu-se a partir do cruzamento das primeiras, permitindo ter uma informação genérica do contexto de superação do processo de luto mapeado à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF). Atendendo aos três componentes ('funções do corpo' (b), 'atividades e participação' (d) e 'fatores ambientais' (e)) dos quatro apresentados pela CIF, refletir-se-á em que medida os resultados obtidos nas respostas dos catorze participantes às seis categorias da entrevista semiestruturada. Sendo o luto um processo com impactos a nível biológico, psicológico e social (Parkes, 1998; Worden, 2002), importa verificar se a CIF, que apresenta um modelo biopsicossocial de análise, está adequada para descrever as particularidades da pessoa (idosa) em luto, quer no seu meio físico quer social. Esta discussão termina com a abordagem à *Checklist* geral da CIF com o intuito de contribuir para o corpo de conhecimento já existente no âmbito do luto e uma inexplorada relação com a CIF.

Atendendo ao componente 'funções do corpo' (b), verificam-se três UC e duas SUC mapeadas, sendo que se verificam cinquenta referências. Estas referências são essencialmente referidas na categoria 'superação da dor' (consciência da dor) [2], nomeadamente a UC 'funções emocionais' (b152) mencionada por treze (93%) dos participantes (sendo sete do meio rural). Foram referenciadas por esses participantes diferentes situações (quarenta vezes) tais como dor, tristeza, choro, angústia, revolta e saudade. Constata-se que as principais referências dizem respeito à dor: "A gente fala, mas o que sente é outra coisa, a gente sente uma dor tão grande (...)" (ID2); "(...) quando tenho de falar da minha esposa [fala emocionado], dói muito, muito, muito!" (ID3); "Sinto, sinto [dor], mas mais quando estou só, principalmente à noite" (ID9). Na perspetiva de Worden (2002) é comum encontrarem-se muitas evidências relacionadas com a dor emocional, mas também física, sendo consideradas características da segunda fase da sua teoria do processo de luto. A tristeza, sentimento que surge muitas vezes em forma de choro (Worden, 2002; Barbosa, 2010), é evidenciada pelos participantes: "Estou muito triste, às vezes descuzava [não precisava] de lembrar tantas vezes [se ele estivesse cá]" (ID12); "(...) estou aqui (em casa)... se me apetecer chorar, choro [chora] (...)" (ID6). Também

foram registados relatos de angústia, raiva e revolta: “(...) às vezes estou aqui em casa de dia, agoniada(...)” (ID2); “Agora já estou assim um bocado mais conformada, mas naquela altura senti uma revolta tão grande, tão grande!” (ID9). Estas manifestações enquadram-se nos sintomas psíquicos do luto normal, nomeadamente a nível dos sentimentos, considerando-se como sendo expressões naturais do processo de luto. Tal evidência é corroborada por Bowlby (1980) e Parkes (1998), em cuja teoria se refere que a segunda fase do processo do luto é entendida como a fase de anseio, em que a pessoa expressa angústia e raiva por não ter conseguido evitar a perda por ainda não ser capaz de se conformar e aceitar a perda. Apesar dos participantes as expressarem, também expressam o sentimento de alívio: “Antes quero estar sozinha... e chorar a morte dele, do que estar... a sofrer aqueles momentos, aqueles dias que eu sofri ali sozinha” (ID7). Segundo Worden (2002) e Barbosa (2010), o alívio é um sentimento natural do processo de luto, sobretudo quando se tratam de mortes prolongadas. Porém, outros autores referem que as pessoas podem também expressar alívio nos casos em que a relação conjugal não era favorável (Buaes, 2007; Rubio, 2014). Silva e Alves (2012) afirmam que a qualidade da relação conjugal manipula a vivência do processo de luto, nomeadamente na superação do luto. Carr (2000) e Carr e Utz (2002, cit. por Doll, 2011) estudaram o tempo de luto em função dessa variável (boa ou má relação) e verificaram diferenças no decorrer do processo de luto. Neste sentido, percebe-se que nos casos de uma boa relação conjugal não se verifica qualquer tipo de alívio, bem pelo contrário: “Era amoroso, nunca mal tratou. Pois por isso sinto mais a falta [do marido] (chora)” (ID14). Ainda quanto à categoria ‘superação da dor’ (consciência da dor) [2] e inserido na UC ‘funções emocionais’ (b152), os participantes evidenciam comportamentos de isolamento social, inerentes tanto ao processo de luto normal como complicado: “E eu não queria sair da minha casa. Às vezes nem dizia (...) [que estava mal à filha]” (ID7). Tal como refere Parkes (1998), Worden (2002) e Barbosa (2010), o isolamento é um comportamento normal, em que a pessoa perde o interesse pelo exterior, ou seja, por sair, e que acontece num espaço curto de tempo. Porém, se este comportamento se prolongar, pode ser considerado uma manifestação do luto complicado (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011; APA, 2013). Os participantes também expressam momentos de solidão, principalmente à noite: “De dia... vai-se... (passando) porque estou entretida nisto ou naquilo, à noite, obviamente é pior” (ID8); “ (...) tinha sempre uma pessoa com quem conversar, não é? Com quem desabafar e agora sinto-me só...” (ID9). A solidão emocional é provocada pela quebra de um relacionamento íntimo, como a morte do cônjuge (Rebelo, 2009; Perplam & Peplau, 1984, cit. por Alves & Magalhães, 2014). Para

Baarsen e Groenou (2011) os sentimentos de solidão tendem a surgir logo após a perda, podendo estar relacionados com comportamentos de confronto emocional. Neste sentido, a solidão é uma característica da experiência do luto, que apesar das pessoas idosas viúvas dizerem que são ativas, acabam por dizer que é difícil passar o dia, principalmente à noite (Costello & Kendrick, 2000). Por fim, no que respeita ao que foi mapeado na UC 'funções emocionais' (b152), apesar de ser um aspeto pouco referenciado, considera-se pertinente abordar a sequência de lutos: "(...) a coisa melhor que eu tinha na vida, que era a minha esposa, levaram-na (...), perdi a minha esposa, perdi os meus pais, perdi um filho, perdi um irmão... não tenho mais nada para perder, só me resta a mim" (ID3). Este participante refere uma sequência de lutos mal resolvidos, e que segundo Berger e Mailloux-Poirier (1995b) e Barbosa (2010), é um fator de risco no desenvolvimento de luto complicado.

Apesar da SUC 'controlo do pensamento' (b1603) ser mencionada apenas por um participante (do meio urbano) na categoria 'superação da dor' (consciência da dor) [2], considera-se relevante a sua referência uma vez que transmite a culpabilização da perda: "(...) eu sei que lhe tirei 4 ou 5 dias de vida, eu tenho consciência disso e no princípio pedia-lhe perdão porque eu se calhar não devia ter feito isso [chora]. Mas ele partiu com dignidade" (ID10). A partir desta expressão podem observar-se dois sentimentos em simultâneo: alívio, por ter proporcionado dignidade na morte, e culpa, por lhe ter tirado dias de vida. Estes sentimentos estão presentes nos dois diferentes tipos de luto, normal e complicado (Barbosa, 2010; Simon et al., 2011; APA, 2013), sendo que no luto normal a culpabilização pode despontar do sentimento de alívio, tal como se verifica na expressão do participante (Worden, 2002; Barbosa, 2010).

No componente 'atividades e participação' (d) observa-se um maior número de mapeamento de respostas, doze UC e vinte SUC, sendo que se verificam cento e catorze referências. Dentro destas, é na categoria 'estratégias do dia a dia' [3] onde se verifica um maior número de respostas mapeadas, referidas entre dois a oito por cada participante.

A UC 'religião e espiritualidade' (d930) é a única referenciada pela totalidade dos participantes. Para além disso, é a UC mais predominante em todas as categorias da entrevista semiestruturada: está presente em quatro das seis categorias, e dessas, é na das 'estratégias do dia a dia' [3] que é fortemente evidenciada, por doze participantes, dezanove vezes (tanto do meio rural como urbano). Os participantes expressam sobretudo o recurso a rituais e crenças que lhes permitam e ajudem a superar a dor: "É isso [que ajuda a superar a dor], é uma das coisas principais [rezar e ir à missa]" (ID7); "(...) rezo todos os dias o terço [reza para se sentir melhor quando pensa muito no marido]" (ID6). Estas citações atestam o que vários

autores evidenciam, que as estratégias de pendor religioso contribuem para o processo de superação do luto tanto a nível cognitivo, como emocional e comportamental (Parkes, 1998; Janke et al., 2008; Farinasso & Labate, 2012; Galicioli et al., 2012; Suzuki et al., 2012). Os rituais religiosos mais evidenciados pelos participantes dizem respeito às idas à missa e ao cemitério, realizar orações, bem como envolver-se no meio religioso, como por exemplo em coros de igrejas: “(...) vou todas as quartas feiras e fins de semanas sempre ao cemitério (...)” (ID3); “(...) rezo todos os dias o terço” (ID6); “Muitas vezes leio aqui isto, (...) a oração da manhã (...), e agradeço a deus. A minha vida a Deus...” (ID4); “ Penso sempre nele [Deus], vou sempre à missa (...)” (ID12). As pessoas idosas tendem a expressar o luto sobretudo através de rituais como estes, sendo extremamente importantes para a realização de todas as tarefas a esse implicadas (Baldin & Fortes, 2008; Farinasso & Labate, 2012; Galicioli et al., 2012; Naef et al., 2013). As crenças que se tem também são referidas na categoria ‘superação da dor’ [2]: “A dor vou espalhando. Vou confrontando com a vontade do Senhor” (ID4); “Eu tenho pedido (aos santos) para esquecer para (...) não sofrer [chora].” (ID14). Apesar destas crenças não serem tão expressas como os rituais, revelam igualmente a sua importância na superação do luto nas pessoas idosas (Trentini et al., 2005; Suzuki et al., 2012; Farinasso & Labate, 2015). Pelas expressões referidas, verifica-se que as crenças são intrínsecas às pessoas, o que permite uma melhor adaptação ao luto (Shih, Turale, Shih & Tsai, 2010).

Também na categoria ‘estratégias do dia a dia’ [3] a referência a ‘passatempos’ (“Hobbies”) (d9204) é a segunda mais referida (oito participantes (57%), cinco do meio rural, referida nove vezes): “(...) vejo televisão [risos]. A televisão é uma companhia.” (ID1); “Procuro distrair-me o mais possível... com a televisão (...) ” (ID7); “(...) para perder a dor dela, é o que eu faço, é distrair-me (...) no quintal, ir para a caça, treinar os cães (...), ler o jornal (...)” (ID3). Corroborando as expressões anteriores, a televisão, a leitura e a jardinagem são estratégias frequentemente utilizadas para ocupar o tempo das pessoas que residem na comunidade (Janke et al., 2008).

O ‘cuidar de plantas de interior e exterior’ (d6505) é a terceira SUC mencionada por oito (57%) dos participantes da amostra, sendo que seis (quatro do meio urbano) mencionam nas ‘estratégias do dia a dia’ [3] utilizadas: “(...) andei ali a pôr... plantas, sardinheiras” (13); “*Meto* [planto] umas flores no quintal (...) (e) uns *repolhitos* [repolhos] (...)” (14). Segundo Sequeira e Silva (2002), o trabalho no campo é efetivamente uma estratégia para o processo de superação do luto, na medida em que favorece a autonomia, o sentimento de habilidade e de utilidade, promovendo satisfação pela vida.

A UC 'cuidados dos objetos da casa' (d650) (domínio 'tarefas domésticas') foi a quarta mencionada por cinco (36%) participantes, sendo que na categoria 'estratégias do dia a dia' [3] é mencionada por três (dois do meio rural) dos participantes: "(...) arrumo a minha casa(...), trato das minhas (...) roupas" (ID7); "Abrir as portas da casa da minha filha, as janelas (...). Para ver se me saí mais esta dor (...)" (ID1). O mesmo se pode verificar num estudo realizado por Silva (2012) em que os participantes indicaram ter recorrido às tarefas domésticas como uma estratégia na superação do luto. As pessoas idosas viúvas tendem a receber apoio da família e dos amigos aquando do processo de luto, mas esse pode ser bilateral (Dykstra, 1993 & Pinquart, 2003, cit. por Gierveld et al., 2006), pelo que as referências dos participantes que correspondem à prestação de apoio à família possam ser consideradas 'ajudar os outros' (d660). Esta foi a quinta UC mais referenciada, cinco (36%) dos participantes (três do meio urbano): "De vez em quando vou lá vê-la [irmã], e é no que eu [me] ocupo (...)" (ID6); "(...) tenho o F. [neto, para cuidar], pronto. E ele agora ainda requer muita atenção, e se eu estiver a fazer isso ele..." (ID10). Todavia, Cabral e colaboradores (2013), no seu estudo em Portugal, verificou que a maioria dos idosos viúvos não prestava apoio aos familiares (adultos) mais velhos.

Por fim, surge em sexto lugar a UC 'relacionamentos sociais informais' (d750), mencionada na categoria 'estratégias no dia a dia' [3] por quatro (29%) dos participantes (três do meio rural): "(...) gosto de falar, para ter algum alívio, ter alguém que me *escuite* [escute]" (ID2); "... hei de começar a ir (...) abrir as portas da casa da minha filha... e falar com este e falar com aquele (...)" (ID1). Estas estratégias talvez se possam justificar como uma forma da pessoa enlutada encontrar um apoio por parte dos vizinhos e conhecidos que vivam na mesma comunidade, uma vez que são geralmente estes a rede de apoio informal das pessoas idosas viúvas (Rosa et al., 2007).

Apesar de a SUC 'cuidar dos animais' (d6506) não ter sido das principais referenciadas pelos participantes no componente 'atividades e participação' (d), considera-se que os três participantes que a mencionam quatro vezes, vivenciam uma experiência positiva ao realizar esta atividade, e em particular quanto a 'estratégias do dia a dia' [3]: "(...) tenho um *canzito* [cão] (...) Eu até estive a pôr lá assim umas coisas para ele não ter tanto frio" (14); "(...) mantenho o meu dia a dia, a olhar pelos cães, olhar pelas galinhas e perus (...)" (ID3). Cabral e colaboradores (2013) evidencia estas referências no seu estudo, onde constatou que entre as atividades de tempo livre mais realizadas pelas pessoas idosas estava o cuidar dos animais.

No que concerne ao componente dos 'fatores ambientais' (e), verifica-se uma maior predominância de respostas relacionadas com a categoria 'apoios físicos e humanos' [4]. O apoio da 'família próxima' (e310) foi a UC com maior prevalência, referenciada por dez (71%) dos participantes, sendo que se verifica que em dezassete referências destes (cinco do meio rural e cinco do meio urbano) é o apoio da família a base do maior auxílio aos participantes idosos viúvos: "Eles [filhos] estão no estrangeiro e todos os dias me telefonam" (ID1); "O apoio foi da minha filha e dos meus filhos (...)" (ID3); "(...) o meu filho (mais velho) faz-me tudo (...). Quando nos juntamos mais é ao domingo (...). Estou com os meus netos, com os meus filhos, com a minha nora, com o meu genro e aquele bocado de domingo para mim é... [importante]" (ID10). Estas evidências correspondem ao que Bertuzzi e colaboradores (2012) consideram, que a família é o recurso mais importante da rede social. Isto justifica-se por ser aquela que presta apoio a nível socioemocional e instrumental, nomeadamente nas lides domésticas (e como foi referenciado nas expressões dos participantes) (Baldin & Fortes, 2008; Teixeira, 2008; Bertuzzi et al., 2012). Para além disso, Suzuki e colaboradores (2012) referem que as pessoas que têm este apoio tendem a superar melhor o luto. O mesmo pode justificar a referência à esfera familiar mais alargada, à UC apoio da 'família alargada' (e315), relatada por quatro (29%) dos participantes (dois do meio rural e dois do meio urbano): "(...) a minha cunhada telefona-me todos os dias, todos os dias!" (ID9); "A minha cunhada também foi muito minha amiga, à noite trazia sempre sopa, a sopa" (ID10). O segundo apoio com um maior número de referências é o apoio de 'conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade' (e325), mencionado por, sete (50%) dos participantes (cinco do meio urbano), que referem essencialmente o apoio prestado por conhecidos, colegas e vizinhos: "(...) os meus vizinhos que me chamavam para ir lá almoçar (...)" (ID2); "Sim tinha, boas palavras, sim tinha boas pessoas. Estavam a elogiar o meu marido e estavam a dar conforto e força a mim" (ID10); "Tenho as colegas, todas me telefonam (...)" (ID13). Nestes relatos verifica-se que prestam sobretudo apoio a nível emocional sendo esta a função, segundo a perspetiva de alguns autores, desses elementos (Dykstra, 1993 & Pinguart, 2003, cit. por Gierveld et al., 2006). Tanto Paúl (2005) como Suzuki (2012) consideram que é esta rede que assume maior relevância quando comparada com os diferentes apoios, uma vez que com a sua ajuda a pessoa enlutada tende a superar melhor o luto.

Apesar de a SUC 'medicação' (e1101) ser apenas mencionada por três participantes (dois do meio urbano), "(...) tomo a medicação para dormir e lá fico, a dormir" (ID1); "(...) ainda tenho ali mais injeções (medicação) para tomar c'ó [que o] médico me receitou pá [para] a cabeça"

(ID14), considera-se relevante mencioná-la por a toma de medicação, que não permite a expressão por completo dos sintomas do luto, poder conduzir ao luto complicado (Rebelo, 2004). Neste caso, dos participantes que referem recorrer à medicação, dois apresentam efetivamente luto complicado.

No que diz respeito à classificação 'nd' (não definida), verifica-se a existência de aspetos com a saúde e qualidade de vida, classificados como 'nd-sg' (saúde em geral não definida), 'nd-sm' (saúde mental não definida) e 'nd-qdv' (qualidade de vida não definida) - dado que a CIF não permite classificar uma ação na sua ausência, nas categorias 'mudanças na vida' [1], 'superação da dor' [2] e na 'o que menos gosta de fazer' [6], tanto por parte de participantes do meio rural como urbano. Estas classificações tiveram maior predominância na categoria 'mudanças na vida' [1], onde os participantes relatam sobretudo mudanças num sentido negativo: "(...) não tenho aquela vontade também de me expor a ir para ali e para aqui" (ID7).

No que diz respeito a 'nd-sg' (saúde em geral não definida), esta foi referida por seis (43%) dos participantes (quatro do meio rural), que referem ter uma pior saúde após a perda do cônjuge: "A minha saúde mudou, cada vez pior" (ID5). Este relato surge como confirmação do que Berg & Mailloux-Poirier (1995b) consideram, que a perda afeta a saúde das pessoas em luto, principalmente naquelas que estão nos dois e três primeiros meses de luto. Contudo, outros participantes também referem aspetos mais positivos, como o não ter tantos encargos: "(...) a minha saúde é mais ou menos, até pelo contrário, [já] num [não] é mais ruim" (ID4). Tal como evidenciado em estudos anteriores ao presente, também se pode verificar uma melhoria na saúde do enlutado após a morte do ente querido (Rocha et al., 2005; Benincá et al., 2006; Doll, 2011; Silva & Alves, 2012; Suzuki et al., 2012), o que pode ser justificado pelo facto de quanto maior for o número de meses decorridos após a perda do cônjuge verificar-se uma melhoria progressiva da saúde. Numa amostra num estudo realizado por Hansson e Stroebe (2007, cit. por M. Silva, 2012), essa verificou-se progressivamente ao longo de dezassete meses da viuvez.

Em relação à 'nd-sm' (saúde mental não definida) é referenciada nas 'mudanças na vida' [1] mas sobretudo na 'superação da dor' [2] por cinco (36%) dos participantes (três do meio rural): "(...) morte tão estúpida, tão estúpida, que a verdade é uma, custa-me a compreender (...), [não] foi (...) a doença em si, que ela tinha, que a matou (...). Eu para mim, foi o hospital (...)" (ID3); "E posso (...) recordá-lo nas coisas boas, mas posso (...) recordá-lo nas coisas más (...). E então aí eu fico de rastos (...)" (ID10). A dor da perda pode refletir-se numa maior fragilidade quanto à 'saúde mental' das pessoas idosas e prolongar-se ao longo de vários anos (Bennett

(1997). Também aqui se podem verificar sentimentos de raiva, sendo naturais na segunda fase do processo de luto, tal como é referido na teoria de Bowlby (1980) e Parkes (1998).

Por último, a 'nd-qdv' (qualidade de vida não definida) foi mapeada ao longo das entrevistas semiestruturadas da totalidade dos participantes da amostra, mas sobretudo na categoria das 'mudanças na vida' [1] (86%, doze participantes, seis do meio rural e seis do meio urbano). Nesta categoria os participantes referem mudanças a nível económico ("Foi um desastre... económico (...)") (ID11); "[Antes] tinha mais poder (económico), é claro" (ID14)) e de companhia, evidenciando situações de solidão. Estas mudanças decorrentes da perda, consideradas naturais tendem a ser mais grave nas mulheres viúvas (Stroebe & Schut, 1999; Carr, 2009). Embora possam ter apoio da segurança social, nunca são suficientes, tal como refere uma participante: "Economicamente nota-se muito, muito, porque, claro, fiquei só com meia pensão do meu marido, num [não] é?" (ID10). As relações conjugais prolongadas tendem a promover a aproximação entre os cônjuges e a criar interdependência emocional (Hansson & Stroebe, 2007, cit. por Silva & Alves, 2012), o que, aquando da perda, pode desencadear amiúde sentimentos de solidão: "(...) mudou muita coisa, não tenho a companhia dele (...)") (ID7); "(...) Ele estava aqui comigo, passei a estar sozinha (...)") (ID13).

A adoção destas classificações de 'nd' (não definidas) desenvolvidas por Cieza e colaboradores (2005) revelou-se de grande utilidade na categoria 'mudanças na vida' [1], uma vez que muitas das situações referidas não foram passíveis de se codificar por UC ou SUC. Muitas das mudanças sentidas nas vidas das pessoas enlutadas em processo de superação de luto passam muito pelo que se deixou de fazer e a CIF não considera os conteúdos pela sua ausência, mas sim pela sua presença.

No que concerne às categorias 'o que mais gosta de fazer' [5] e 'o que menos gosta de fazer' [6] observou-se um menor número de respostas em comparação com as restantes categorias e, consequentemente, um menor número de UC aí mapeadas. Neste sentido, considera-se que essas duas questões poderão não ser úteis para se compreender o processo de superação de luto.

Foi no componente 'atividades e participação' (e) que se registou um maior número de respostas no geral e, consequentemente, um maior número de UC e SUC mapeadas, podendo deste modo considerar-se que neste estudo foi o componente que abrangeu mais conteúdos na resposta às questões relacionadas com o luto, sobretudo no que se refere às 'estratégias do dia a dia' [3] .

Importa referir que não se encontraram diferenças nos discursos dos participantes no que respeita ao género, à idade, à escolaridade, ao tempo de toma de medicação, ao tempo e ao tipo de luto, à exceção de alguns casos entre participantes do meio rural e do urbano. Esta evidência parece corresponder ao que Doll (2011) e Wrigh, Rosato e O'Reilly (2015) consideram: a viuvez apresenta um significado diferente nos distintos contextos da comunidade, essencialmente pelas diferenças de apoio recebido. As pessoas (idosas) que vivem no meio rural tendem a ser 'favorecidas' no processo de envelhecimento e viuvez, comparativamente ao meio urbano, uma vez que é um meio com mudanças graduais, que permitem estabilidade e uma maior possibilidade de criar laços afetivos duradouros (Sequeira & Silva, 2002). Tal evidência verifica-se por estas pessoas (idosas) possuírem essencialmente apoio informal, nomeadamente a rede social constituída por familiares, amigos e vizinhos de que no meio urbano (Sequeira & Silva, 2002; Paúl et al., 2003; McCann, Grundy, & O'Reilly, 2014). Apesar das pessoas (idosas) do meio urbano terem relações próximas com os vizinhos, tendem a viver sozinhas, pois não possuem facilidades em criar esses laços devido à constante mudança do meio, levando a uma maior procura do apoio formal, nomeadamente, os serviços sociais de saúde (Hespanha, 1993; Sequeira & Silva, 2002; Bertuzzi, Paskulin, & Morais, 2012).

Por fim, no que concerne à comparação entre os resultados obtidos no presente estudo e a *Checklist* geral da CIF, verificou-se uma correspondência em dezasseis UC e nove UC mapeadas no presente estudo que não constam na *Checklist* geral da CIF, para além do facto de não se verificar diferenças entre as mapeadas dos participantes em luto normal e em complicado. Considera-se, deste modo, que esses resultados poderão ser contributos para uma futura criação de um *core set* do luto (com outra metodologia associada). Sugere-se um agrupamento de UC aqui mapeados, uma vez que um *core set* tem como objetivo eleger UC dos componentes como padrões mínimos para avaliar a funcionalidade e a saúde em condições específicas (Cieza et al., 2004).

Através do presente estudo é possível encontrar uma relação entre o processo de superação do luto e a CIF. O primeiro, descrito por Berger e Mailloux-Poirier (1995b) como um processo que sofre alterações a nível biopsicossocial, afeta o componente biológica, individual e social do enlutado. Por seu turno, o paradigma da CIF compreende a funcionalidade e a incapacidade da pessoa numa dimensão biopsicossocial (OMS, 2004; SNRIPD, 2005). Esta dimensão, que é aplicada em diferentes áreas de intervenção nas áreas de saúde e social, também é comum ao processo de superação do luto. Dado que se tem verificado uma crescente preocupação em

estudar a funcionalidade do ser humano nas diversas facetas da sua vida diária, considerou-se pertinente estudar a funcionalidade nas pessoas que vivem o processo de superação do luto.

Após refletir nos resultados desta investigação e no seu mapeamento à CIF, pode-se pensar numa perspetiva de intervenção, seja na preventiva ou compensatória. Neste sentido, a intervenção pode passar pela elaboração de programas ou de apoios para pessoas idosas em processo de superação do luto baseados no referencial CIF.

Neste sentido, considera-se que este estudo oferece alguns contributos para o desenvolvimento (com outra metodologia e procedimentos) de uma futura ferramenta que permita a profissionais das áreas da saúde e social, de uma forma rápida e simples, realizar uma avaliação adequada das pessoas enlutadas, uma vez que nessa constarão aspetos que poderão não estar noutros instrumentos de avaliação funcional e estando reunidos num único (Riberto, 2011).

CONCLUSÃO

À medida que se envelhece, tende-se a criar uma maior consciencialização da possibilidade da própria morte, embora seja difícil aceitar a sua ou a dos outros, uma vez que se traduz no limiar da vida (Berger & Mailloux-Poirier, 1995a; Menezes & Lopes, 2014). Sendo a morte um processo biológico, esta também implica uma construção social, na medida em que devido às influências históricas e socioculturais é encarada e vivida de maneira diferente de pessoa para pessoa e de sociedade para sociedade (Menezes & Lopes, 2014). Apesar de inevitável e sempre presente, a sociedade portuguesa atual continua a encarar a morte como tabu (Oliveira, 1998). Sabe-se que a perda de um ente querido pode provocar um efeito cumulativo no processo de envelhecimento das pessoas, assumindo particular destaque quanto às repercussões nas pessoas idosas quanto ao seu nível de funcionalidade e consequente qualidade de vida. Esta preocupação culmina na necessidade de se estar preparado para dar resposta aos desafios envolvidos, seja através de políticas, de programas ou de outros tipos de apoios para uma adequada avaliação e intervenção junto desta população.

Este presente estudo qualitativo exploratório procura contribuir para a adequação da associação entre o processo de superação do luto em pessoas idosas viúvas da comunidade e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e saúde (CIF), mapeando o primeiro a este referencial. Constatou-se que a CIF consegue fornecer indicadores essenciais na maioria das categorias (perguntas) feitas sobre o processo de superação do luto, sendo que a das 'estratégias do dia a dia' [3] é a categoria que obteve um maior e diversificado número de classificações. Os resultados destacam ainda a necessidade de se utilizarem outras especificidades como as desenvolvidas por Cieza e colaboradores (2005), pois não foi possível mapear todos os relatos feitos pelos participantes. Esta notória 'lacuna' emergiu essencialmente quando se questionou aos participantes quais tinham sido as mudanças na sua vida após a perda do cônjuge. Através das quatro análises qualitativas efetuadas foi possível compreender de que maneira é que o referencial CIF é ou não possível de se utilizar como ferramenta de trabalho em contextos de superação de luto, considerando-se que a junção das UC e SUC com as especificidades do 'nd' estão preparadas para auxiliar futuros estudos relacionados com o processo do luto.

Apresentam-se como limitações deste estudo exploratório o facto de ter na sua amostra apenas dois elementos do género masculino, e o facto de a duração média das entrevistas semiestruturadas ser de 42m56s, algumas demasiado prolongadas, o que deu azo a alguma dispersão e conversas paralelas por parte dos participantes na resposta às perguntas colocadas.

Em jeito de conclusão, considera-se que os resultados do presente estudo exploratório poderão ser uma base para futuros estudos ao contribuir com pistas de trabalho para o desenvolvimento (com outra metodologia e procedimentos) de um futuro *core set* específico para a temática, assim como para consequentes programas de intervenção nas áreas da saúde e social nesta mesma temática.

BIBLIOGRAFIA

- Afonso, S. & Minayo, M. (2013). Uma releitura da obra de Elisabeth Kubler-Ross. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(9), 2729–2732.
- Ainsworth, M. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. In C. Parkes, J. Stevenson-Hinde & P. Marris (Eds.), *A attachment across the life cycle* (pp. 33–51). London and New York: Routledge.
- Alvarenga, M., Oliveira, M., Domingues, M., Amendola, F. & Faccenda, O. (2011). Rede de suporte social do idoso atendido por equipes de Saúde da Família. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(5), 2603–2611.
- APA (American Psychiatric Association) (2014). Condições para estudos superiores. In B. Library (Ed.), *DSM-5 Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais* (5.ª ed.) (pp. 783–808). Lisboa: Climepsi Editora.
- Araújo, I. & Santos, A. (2012). Famílias com um idoso dependente: avaliação da coesão e adaptação. *Revista de Enfermagem*, 3(6), 96-102.
- Arizmendi, B. & O'Connor, M. (2015). What is “normal” in grief? *Australian Critical Care : Official Journal of the Confederation of Australian Critical Care Nurses*, 28(2), 58–62.
- Baarsen, B. & Groenou, M. (2011). Partner loss in later life: Gender differences in coping shortly after bereavement. *Journal of Loss and Trauma*, 6(3), 243–262.
- Baldin, C. & Fortes, V. (2008). Viuvez feminina: A fala de um grupo de idosas. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, (5)1, 43-54. Acedido Novembro 15, 2014 em <http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/257>
- Barbosa, A. (2010). Processo de luto. In Barbosa, A & Galrica, I.. *Manual de cuidados paliativos* (2ª edição) (pp. 487–532). Lisboa: Faculdade de Medicina de Lisboa
- Benincá, C., Costella, K. & Vivian, R. (2006). Viuvez na terceira idade. In M. Portella, A. Paslotti & M. Gaglietti (Eds.), *Envelhecimento humano: saberes e fazeres* (pp. 147–159). UPF: Passo Fundo.
- Bennett, K. (1997). Widowhood in elderly women: The medium- and long-term effects on mental and physical health. *Mortality*, 2(2), 137–148.
- Bennett, K. (1998). Longitudinal changes in mental and physical health among elderly, recently widowed men. *Mortality*, 3(3), 265–273.
- Bennett, K. & Victor, C. (2012). "He wasn't in that chair": What loneliness means to widowed older people, 7(1), 33–52.
- Berger, M. & Mailloux-Poirier, M. (1995a). Agir de acordo com as suas crenças. In *Pessoas Idosas: Uma abordagem global* (pp. 503–540). Lisboa.
- Berger, M. & Mailloux-Poirier, M. (1995b). Evitar os perigos. In *Pessoas Idosas: Uma abordagem global* (pp. 379–437). Lisboa.
- Bertuzzi, D., Paskulin, L. & Morais, E. (2012). Arranjos e rede de apoio familiar de idosos que vivem em uma área rural. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 21(1), 158–166.
- Bonanno, G., Wortman, C., Lehman, D., Tweed, R., Haring, M., Sonnega, J. & Nesse, R. (2002). Resilience to loss and chronic grief: A prospective study from preloss to 18-months postloss. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(5), 1150–1164.

- Boss, P. & Yeats, J. (2014). Ambiguous loss: A complicated type of grief when loved ones disappear. *Bereavement Care*, 33(2), 63–69.
- Both, T., Alves, A., Pereira, C. & Teixeira, T. (2013). Uma abordagem para o luto na viuvez da mulher idosa. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 9(1), 67–78.
- Bowlby, J. (1980). Loss sadness and depression. In M. Masud & R. Khan, *Attachment and Loss* (Vol. III). London: Hogarth.
- Bryant, R. (2014). Prolonged grief: Where to after Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition? *Current Opinion in Psychiatry*, 27(1), 21–6.
- Buaes, C. (2007). O envelhecimento e a viuvez da mulher num contexto rural : Algumas reflexões. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 4(1), 103–114. Acedido Março 8, 2015 em <http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/120>
- Cabral, M., Ferreira, P., Silva, P., Jerónimo, P. & Marques, T. (2013). *Processos de envelhecimento em Portugal: Usos do tempo, redes sociais e condições de vida*. (pp. 11–303). Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Camargos, M. (2008). *Enfim só: Um olhar sobre o universo de pessoas idosas que moram sozinhas no município de Belo Horizonte*. Dissertação de Doutorado, Centro de Desenvolvimento e planeamento regional - Faculdade de Ciências Económicas, Brasil
- Campos, F., Rodrigues, A., Farias, I., Ribeiro, T. & Melo, L. (2012). Comparação dos instrumentos de avaliação do sono, cognição e função no acidente vascular encefálico com a classificação internacional de funcionalidade, incapacidade e saúde (CIF). *Revista Brasileira de Fisioterapia*, 16 (1), 23-29.
- Carr, D. (2006). Good grief: Bouncing back from a spouse's death in later life. *Contexts*, 5(4), 22–27.
- Carr, D. (2009). Widows and widowers. In C. Bryant & D. Peck (Eds), *Encyclopedia of Death and the Human Experience*, 989-995
- Carr, D., Housa, J., Kessler, R., Nesse, R., Sonnegg, J. & Wortman, C. (2000). Marital quality and psychological adjustment to widowhood among older adults: A longitudinal analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(4), 197–207.
- Carr, D., House, J., Wortman, C., Nesse, R. & Kessler, R. (2001). Spousal loss among older widowed persons. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 56(4), 237–248.
- Carr, D. & Utz, R. (2002). Late-life widowhood in the United States: New directions in research and theory. *Ageing International*, 27(1), 65–88.
- Cieza, A., Ewert, T., Ustün, T., Chatterji, S., Kostanjsek, N. & Stucki, G. (2004). Development of ICF Core Sets for patients with chronic conditions. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 44, 9–11.
- Cieza, A., Geyh, S., Chatterji, S., Kostanjsek, N., Ustün, B. & Stucki, G. (2005). ICF linking rules: An update based on lessons learned. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 37(4), 212–8.
- Clewell, T. (2004). Mourning beyond melancholia: Freud's psychoanalysis of loss. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 52(1), 43–67.
- Costello, J. & Kendrick, K. (2000). Grief and older people: The making or breaking of emotional bonds following partner loss in later life. *Journal of Advanced Nursing*, 32(6), 1374–1382.

- Cunha, M. (2010). *Estratégias de coping em idosos perante a perda do cônjuge*. Dissertação apresentada ao Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior com vista à obtenção do grau de Mestre.
- Davidson, K. (2002). Gender differences in new partnership choices and constraints for older. *Ageing International*, 27(4), 43–60.
- Delalibera, M., Presa, J., Coelho, A., Barbosa, A. & Franco, M. (2015). Family dynamics during the grieving process: A systematic literature review. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(4), 1119–34.
- Doll, J. (2011). Luto e Viuvez na Velhice. In E. Freitas, et al. (Org.). *Tratado de Geriatria e Gerontologia* (3.ª ed., pp. 1335–1349). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.
- Duca, G., Silva, M. & Hallal, P. (2009). Incapacidade funcional para atividades básicas e instrumentais da vida diária em idosos. *Revista de Saúde Pública*, 43(5), 796–805.
- Due, P., Holstein, B., Lund, R., Modvig, J. & Avlund, K. (1999). Social relations: Network, support and relational strain. *Social Science & Medicine*, 48(5), 661–673.
- Farinasso, A. & Labate, R. (2012). Luto, religiosidade e espiritualidade: Um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 588–595.
- Farinasso, A. & Labate, R. (2015). A vivência do luto em viúvas idosas: Um estudo clínico-qualitativo. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, 11(1), 25-32.
- Ferreira, L., Leão, N. & Andrade, C. (2008). Viuvez e luto sob a luz da Gestalt-terapia: Experiências de perdas e ganhos. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 14(2), 153–160.
- Ferreira-Alves, J. & Magalhães, P. (2014). Loneliness in middle and old age: Demographics, perceived health, and social satisfaction as predictors. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 59(3), 613–23.
- Fillenbaum, G., George, L. & Blazer, D. (1988) Scoring nonresponse on the Mini-Mental State Examination. *Psychological Medicine*, 18, 719-726.
- Fontes, A. (2010). Resiliência, segundo o paradigma do desenvolvimento ao longo da vida (life-span). *Revista Kairós Gerontologia*, 8–20. Acedido Setembro 22, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/3917>
- Fortin, M. (2009). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Sociedade Portuguesa de Material Didáctico. Lisboa: Lusodidacta.
- Frade, B., Sousa, H., Pacheco, D., Andrade, S. & Rocha, J. (2010). Luto complicado: Proposta de tradução e validação do Inventory of Complicated Grief. *VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia*, 4 a 6 Fev, Braga, Portugal.
- Freud, S. (1917). Luto e melancolia. In *Metapsicologia* (pp. 127–144). Rio de Janeiro: Imago.
- Fuller-Iglesias, H., Sellars, B. & Antonucci, T. (2008). Resilience in old age: Social Relations as a protective factor. *Research in Human Development*, 5(3), 181–193.
- Galicioli, T., Lopes, E. & Rabelo, D. (2012). Superando a viuvez na velhice : O uso de estratégias de enfrentamento. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(4), 225–237. Acedido Março 31, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/17048>
- Gierveld, J., Tilburg, T. & Dijkstra, P. (2006). Loneliness and social isolation. In A. Vangelisti & D. Perlman, *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (pp. 485–500). Cambridge.

- Gomes, L., Loureiro, A. & Alves, V. (2012). The old and the death. *Revista Kairós Gerontologia*, 15(4), 117–132. Acedido Março 31, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/17040/12646>
- Grau, M. (2002). Residence patterns of aged widows in three Mediterranean communities and the organization of the care. *The History of the Family*, 7(1), 157–173.
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo - Sentido e formas de uso*. Cascais: Princípia.
- Hespanha, M. (1993). *Para além do estado: A saúde e a velhice na sociedade-providência*. Porto: Afrontamento.
- Holland, J., Futterman, A., Thompson, L., Moran, C. & Gallagher-Thompson, D. (2013). Difficulties accepting the loss of a spouse: A precursor for intensified grieving among widowed older adults. *Death Studies*, 37(2), 126–44.
- Holland, J., Thompson, K., Rozalski, V. & Lichtenthal, W. (2014). Bereavement-related regret trajectories among widowed older adults. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(1), 40–7. doi:10.1093/geronb/gbt050
- INE (Instituto Nacional de Estatística) (2015). Envelhecimento da população residente em Portugal e na União Europeia [em linha]. *Instituto Nacional de Estatística*. Acedido em Novembro 23, 2015, em https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=224679354&DESTAQUESmodo=2
- INE (Instituto Nacional de Estatística) (2015). Em 2014 a população residente reduziu-se em 52,5 mil pessoas – 2014 [em linha]. *Instituto Nacional de Estatística*. Acedido em Novembro 23, 2015, em https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=224677968&DESTAQUESmodo=2
- Jacob, L. & Fernandes, H. (2011). *Ideias para um envelhecimento ativo*. Almeirim: RUTIS - Associação Rede de Universidades da Terceira Idade.
- Janke, M., Nimrod, G. & Kleiber, D. (2008). Leisure patterns and health among recently widowed adults. *Activities, Adaptation & Aging*, 32(1), 19–39.
- Kirkevold, M., Moyle, W., Wilkinson, C., Meyer, J. & Hauge, S. (2013). Facing the challenge of adapting to a life “alone” in old age: The influence of losses. *Journal of Advanced Nursing*, 69(2), 394–403.
- Kissane, D., Bloch, S., Dowe, D. & Snyder, R. (1996). The Melbourne family grief study, I: Perceptions of family functioning in bereavement. *The American Journal of Psychiatry*, 135(5), 650–658.
- Kissane, D., McKenzie, M., Bloch, S., Moskowitz, C., Mckezie, D. & O'Neill, I. (2006). Family focused grief therapy: a randomized, controlled trial in palliative care and bereavement. *Am J Psychiatry*, 163(7), 1208–1218.
- Kübler-Ross, E. (1996). *Sobre a Morte e o Morrer* (7.ª ed.). São Paulo: Martins Fontes.
- Laranjeira, C. (2007). Do vulnerável ser ao resiliente envelhecer: Revisão de literatura. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(3), 327–332.
- Lazarus, R. & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38(3), 245–254.
- Lotterman, J., Bonanno, G. & Galatzer-Levy, I. (2014). The heterogeneity of long-term grief reactions. *Journal of Affective Disorders*, 167, 12–9.
- Lund, D., Caserta, M. & Dimon, M. (1993). The course of spousal bereavement in later life. In M. Stroebe, W. Stroebe & R. Hansson, *Handbook of bereavement Theory, Research, and Intervention* (pp. 240–254).

- Maeno, M., Takahashi, M. & Lima, M. (2009). Reabilitação profissional como política de inclusão social. *Acta Fisiátrica*, 16(2), 53-58
- Menezes, T. & Lopes, R. (2014). Significados do vivido pela pessoa idosa longeva no processo de morte/morrer e luto. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(8), 3309–3316.
- Moorman, S. (2006). Women's romantic relationships after widowhood. *Journal of Family Issues*, 27(9), 1281–1304.
- Naef, R., Ward, R., Mahrer-Imhof, R. & Grande, G. (2013). Characteristics of the bereavement experience of older persons after spousal loss: An integrative review. *International Journal of Nursing Studies*, 50(8), 1108–1121.
- Neto, F. (2000). Relações Íntimas. In *Psicologia social* (Vol. II) (pp. 231–317). Lisboa: Universidade Aberta.
- Oliveira, J. (1998). *Viver a morte, abordagem antropológica e psicológica*. Coimbra: Almedina.
- OMS (Organização Mundial de Saúde) (2004). *Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde*. Lisboa: Direção-Geral da Saúde.
- Papalia, D. & Feldman, R. (2013). Desenvolvimento psicossocial no início da vida adulta e no adulto jovem. In *Desenvolvimento Humano* (12ª ed., pp. 484–509). São Paulo: Artemed.
- Parkes, C. (1998). *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus.
- Paúl, C. (2005). Envelhecimento activo e redes de suporte social. *Revista da Faculdade de Letras do Porto*, 275–288.
- Paúl, C., Fonseca, A., Martín, I. & Amado, J. (2003). Psychosocial profile of rural and urban elders in Portugal. *European Psychologist*, 8(3), 160–167.
- Pfeiffer E. (1975). A short portable mental status questionnaire for the assessment of organic brain deficit in elderly patients. *Journal of American Geriatrics Society*. 23(10), 433-441.
- Pinto, J., Garcia, A., Bocchi, S. & Carvalhaes, M. (2006). Características do apoio social oferecido a idosos de área rural assistida pelo PSF. *Ciência & Saúde Coletiva*, 11(3), 753–764.
- Rebelo, J. (2004). *Desatar o nó do luto* (4.ª ed.). Alfragide: Casa das letras.
- Rebelo, J. (2009). *Amor, Luto e Solidão*. Alfragide: Casa das letras.
- Rebelo, J. (2013). *Desfilhar, como viver a perda de um filho*. Alfragide: Casa das letras.
- Riberto, M. (2011). Core sets da classificação internacional de funcionalidade, incapacidade e saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 64(5), 938–946.
- Richardson, R. (1999). Entrevista. In *Pesquisa Social: métodos e técnicas* (3ª ed., pp. 206–219). São Paulo: Atlas.
- Rocha, C., Gobbi, I. & Mazzarino, M. (2005). Como mulheres viúvas de terceira idade encaram a perda do companheiro. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 65–73.
- Rodrigues, M. (2008). Validação da versão em português europeu de questionário de avaliação funcional multidimensional de idosos. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(2), 109–115.
- Rosa, T., Benício, M., Alves, M., & Lebrão, M. (2007). Aspectos estruturais e funcionais do apoio social de idosos do Município de São Paulo, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 23(12), 2982–2992.

- Rubio, M. (2014). Widowhood : The representation of death through of the vision. *Revista Kairós Gerontologia*, 17, 137–148. Acedido Março 27, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/21789>
- Rubio, M., Wanderley, K. & Ventura, M. (2011). A viuvez : A representação da morte na visão masculina e feminina. *Revista Kairós Gerontologia*, 14(1), 137–147. Acedido Março 27, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/6932>
- Santos, S., Lopes, M., Vidal, D. & Gautério, D. (2013). Classificação internacional de funcionalidade, incapacidade e saúde: Utilização no cuidado de enfermagem a pessoas idosas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 66(5), 789–793.
- Schuler, T., Zaider, T. & Kissane, D. (2012). Family grief therapy: A vital model in oncology, palliative care and bereavement. *Family Matters*, 90, 77–86.
- Sequeira, A. & Silva, M. (2002). O bem estar da pessoa idosa em meio rural. *Análise Psicológica*, 3(20), 505–516.
- Shear, M., Ghesquiere, A. & Glickman, K. (2013). Bereavement and complicated grief. *Current Psychiatry Reports*, 15(11), 1-13.
- Shih, S., Turale, S., Shih, F., & Tsai, J. (2010). Religiosity influences on bereavement adjustments of older widows in Taiwan. *Journal of Clinical Nursing*, 19(5-6), 856–866.
- Silva, M. & Ferreira-Alves, J. (2012). O luto em adultos idosos: Natureza do desafio individual e das variáveis contextuais em diferentes modelos. *Psicologia: Reflexão E Crítica*, 25(3), 588–595.
- Silva, A. (2012a). Sussurros ao falar a morte : A significação da morte na senescência. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(4), 273–294. Acedido Março 31, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/15102/12637>
- Silva, M. (2012b). *Stressores e estratégias de coping com o luto conjugal: Um estudo longitudinal em adultos idosos*. Dissertação de Doutoramento, Instituto da Educação - Universidade do Minho, Portugal.
- Simon, N., Wall, M., Keshaviah, A., Dryman, M., LeBlanc, N. & Shear, M. (2011). Informing the symptom profile of complicated grief. *Depression and Anxiety*, 28(2), 118–126. doi:10.1002/da.20775
- SNRIPD (Secretário Nacional para a Reabilitação e Integração das Pessoas com Deficiência). (2005). *Guia do Principiante: para uma linguagem comum de funcionalidade, incapacidade e saúde*. Lisboa: SNRIPD.
- Sousa, J. & Baptista, M. (2015). Género e perda emocional profunda na velhice. *Revista Lusófona de Estudos Culturais*, 3(1), 191–212.
- Sousa, J. (2013). *Velhice na cultura contemporânea: um estudo sobre a perda emocional profunda*. Tese apresentada ao Departamento de Línguas e Culturas da Universidade de Aveiro com vista à obtenção do grau de Doutor.
- Stroebe, M. (1998). New directions in bereavement research: exploration of gender differences. *Palliative Medicine*, 12(1), 5–12.
- Stroebe, M. & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23(3), 197–224.
- Suzuki, M., Silva, T. & Falcão, D. (2012). Idosas viúvas: Da perda à reorganização. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(4), 207–223. Acedido Setembro 24, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/17047/12670>

- Teixeira, S. (2008). Família e as formas de protecção social primária aos idosos. *Revista Kairós Gerontologia*, 11(2), 59–80. Acedido Setembro 22, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/2393>
- Thiry-Cherques, H. R. (2009). Saturação em pesquisa qualitativa: estimativa empírica de dimensionamento. *Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing*, 3, 20-27.
- Trentini, C., Werlang, B., Xavier, F., & Argimon, I. (2009). A relação entre variáveis de saúde mental e cognição em idosos viúvos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(2), 236–243.
- Trentini, M., Silva, S., Valle, M. & Hammerschmidt, K. (2005). Enfrentamento de situações adversas e favoráveis por pessoas idosas em condições crônicas de saúde. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 13(1), 38–45.
- Trivinhos, A. (1987). A entrevista semidirigida. In *Introdução à pesquisa em ciências sociais* (pp. 145–158). São Paulo: Atlas.
- Wathier, J., Wilhelm, F., Giacomoni, C. & Dell’Aglia, D. (2007). Eventos de vida e estratégias de coping de idosos socialmente ativos. *Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento*, 12, 35–52.
- Weiss, R. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. In C.Parkes, J. Stevenson-Hinde & P. Marris, *Attachment and across the life cycle* (pp. 66–76). London and New York: Routledge.
- Worden, J. (2002). *Grief counseling and grief therapy* (3ª ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Wright, D., Rosato, M. & O’Reilly, D. (2015). Urban/rural variation in the influence of widowhood on mortality risk: A cohort study of almost 300,000 couples. *Health & Place*, 34, 67–73.
- Zavalá, V. (2013). Widowhood, loneliness and sexuality in old age : Mechanisms of coping and overcoming. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 16(1), 105–138. Acedido Março 31, 2015 em <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/17555>

ANEXOS

Anexo I – Parecer da Comissão de ética



PARECER

Sobre o estudo "O processo de luto em pessoas idosas viúvas da comunidade e a CIF: um estudo exploratório"

A - RELATÓRIO

A.1. O Observatório do Luto em Portugal iniciou o seu parecer com base no pedido solicitado à sua Direção, datado de 29 de outubro de 2014, sobre o estudo "O processo de luto em mulheres idosas viúvas e a CIF: um estudo exploratório" a realizar no Distrito de Aveiro.

A.2. Fazem parte do processo de avaliação os seguintes documentos: i) pedido de parecer para a realização do estudo à Direção do Observatório do Luto em Portugal pela investigadora e ii) protocolo do estudo, questionário, folha de informações e modelo de consentimento informado, livre e esclarecido.

A.3. Este estudo tem como objetivo geral «analisar, no âmbito da Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o processo de superação do luto pela perda do cônjuge em mulheres com idade igual ou superior a 60 anos e que vivem na comunidade».

Trata-se de um estudo que se insere numa abordagem qualitativa, do tipo transversal descritivo, com aplicação de um protocolo com dois instrumentos de avaliação e uma entrevista semiestruturada. A população será constituída mulheres, com mais de 60 anos, residentes na comunidade e a quem faleceu um filho.

A amostra não-probabilística, objetiva, de conveniência, será constituída por um total obtido através do ponto de saturação de respostas encontrado. Destacam-se como critérios de inclusão: i) terem uma experiência vivencial de luto por perda do cônjuge, ii) terem mais de 60 anos de idade, e iii) residirem na comunidade. Como critérios de exclusão foram definidos: i) a incapacidade para perceber o que iria ser realizado ou a impossibilidade de assinar o consentimento informado, livre e esclarecido e ii) obter uma pontuação igual ou superior a 4 no instrumento de avaliação cognitiva "Short Portable Mental Status Questionnaire" (SPMQ; Breve Questionário Portátil sobre o Estado Mental), utilizado para despiste do declínio cognitivo.



O convite será feito pessoalmente pela Investigadora a participantes a residir comunidade, sendo marcados um local e uma hora com caso aceite. A Investigadora informa, claramente, sobre os procedimentos quanto à recolha da informação.

As participantes do estudo são devidamente informadas sobre o mesmo, e a folha de informações e o modelo de consentimento informado, livre e esclarecido apresentados atendem os pressupostos que salvaguardam o princípio da autonomia, garantindo ainda a confidencialidade e o anonimato.

B – IDENTIFICAÇÃO DAS QUESTÕES COM EVENTUAIS IMPLICAÇÕES ÉTICAS

B.1. Reconhece-se pertinência ao estudo e interesse prático nos resultados esperados. Está desenhado numa base metodológica correta, o que salvaguarda aspetos éticos fundamentais.

B.2. Estão acautelados os princípios da justiça e da autonomia e bem-estar das participantes pelos objetivos apresentados e pela justificação para a recolha de dados.

C – CONCLUSÕES

Face ao exposto, a Direção do OLP-Observatório do Luto em Portugal delibera dar parecer favorável à realização deste estudo.

Aveiro, 12 de novembro de 2014


(Prof.ª Doutora Maria de Fátima Albuquerque)

Anexo II –Folha de Informações



FOLHA DE INFORMAÇÕES

1. Introdução

Somos um grupo de investigadores/estudantes da Universidade de Aveiro e gostaríamos de o(a) convidar para participar no estudo que estamos a realizar. Contudo, antes de decidir se gostaria de participar, é importante que compreenda os objetivos do estudo e o que ele envolve. Peço-lhe que leia atentamente as informações que se seguem e que, se assim o considerar, as discuta com parentes e/ou amigos. Por favor, sinta-se à vontade para nos contactar e colocar todas as questões que lhe surjam (o número de telefone e morada encontram-se no final desta folha).

2. Informação adicional

Este estudo tem como finalidade compreender a relação entre o processo de superação do luto por perda do cônjuge em pessoas idosas que vivem na comunidade e a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. Esta informação ajudará os profissionais das áreas da saúde e social a identificarem qual a melhor forma de apoiar quem necessita de cuidados adicionais na superação do processo de luto e a implementar programas de intervenção com o objetivo de melhorar a qualidade de vida destas pessoas.

3. Será que sou a pessoa adequada para participar neste estudo?

Para participar neste estudo, procuramos pessoas com 60 ou mais anos e que se sintam em luto, e que que vivam na comunidade.

4. Sou obrigado a participar no estudo?

A decisão de participar ou não no estudo é sua! Se decidir participar ser-lhe-á pedido que assine a folha do consentimento livre, esclarecido e informado e que nos dê uma entrevista. **Se decidir participar e depois quiser desistir, poderá fazê-lo em qualquer altura e sem dar nenhuma explicação.**

5. O que irá acontecer se eu decidir participar?

Se decidir participar no estudo, será entrevistado por uma investigadora/estudante da Universidade de Aveiro. Cada entrevista demorará cerca de 45 minutos e terá lugar no seu domicílio. Durante a entrevista irá ser pedido que responda a duas escalas e a três perguntas sobre o seu luto.

6. Quais são os possíveis benefícios de participar neste estudo?

O estudo realiza-se no âmbito de um projeto de investigação/mestrado e não o ajudará a si diretamente. Contudo, os resultados deste estudo irão ajudar os investigadores e profissionais de saúde e da área social a identificar estratégias de superação de luto e qual sua repercussão na funcionalidade do dia-a-dia e, assim como a desenhar programas de intervenção para melhorar a qualidade de vidas destas pessoas e evitar que venham a precisar, no futuro, de cuidados de saúde adicionais.

7. O que acontecerá aos resultados do estudo?

Uma vez concluído o estudo, os seus resultados serão apresentados sob a forma de uma dissertação de mestrado e poderão vir a ser publicados numa revista de investigação.

8. Será assegurada a confidencialidade dos meus dados?

O seu anonimato será sempre garantido. A informação recolhida será codificada e mantida estritamente confidencial para todos os que não estejam diretamente envolvidos no estudo.

Contacto do investigador responsável (caso queira colocar dúvidas ou questões):

Margarida Cerqueira (Professora Adjunta)

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 234 372 444 | Ext. 27136

José Eduardo Rebelo (Professor Adjunto)

Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro | Tel. 234 370 780 | Ext. 22788

Fátima Vanessa Mendes (Estudante/Investigadora)

vanessa13mendes@gmail.com

Anexo III – Protocolo



CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO

Considerando a Declaração de Helsínquia da Associação Médica Mundial

(Helsínquia, 1964; Tóquio, 1975; Veneza, 1983; Hong Kong, 1989; Somerset West, 1996; Edimburgo, 2000)

Por favor responda às questões que se seguem colocando uma cruz na coluna apropriada.

	Sim	Não
Eu recebi toda a informação adequada sobre o estudo.		
Eu li/foi-me lida a folha de informação aos participantes.		
Foi-me permitido colocar questões e discutir o estudo.		
Eu compreendo que posso desistir do estudo em qualquer altura e sem qualquer penalização.		
Eu concordo em participar no estudo sobre luto e funcionalidade (CIF).		

Nome do investigador: _____

Assinatura do investigador: _____

Nome do participante: _____

Assinatura do(a) participante

Data: ____ / ____ / 201__

PASSAR O CONSENTIMENTO INFORMADO, LIVRE E ESCLARECIDO

Explicação dos objetivos do estudo, seu enquadramento, condições de participação, confidencialidade e anonimato (assinar consentimento).

MANTER CONTACTO VISUAL

Senhor(a). ____, gostaria de lhe agradecer por aceitar falar comigo e pelo tempo que lhe vou ocupar na resposta às nossas questões. A nossa conversa deverá durar entre 20 a 30 minutos.

Durante este tempo farei algumas perguntas sobre si, sobre a sua perda e sobre alguns aspetos do seu dia-a-dia. Se durante a nossa conversa não quiser responder a alguma questão, não há qualquer problema, apenas tem de me o dizer. Tem alguma dúvida ou pergunta que queira colocar agora, antes de começarmos?

1. INFORMAÇÃO SOCIODEMOGRÁFICA

Para começar, vou-lhe fazer algumas perguntas muito simples sobre si.

Nome:	Apelido:	Género:	I.D.:
Idade:	Estado Civil:	Escolaridade:	N.º de filhos:
Data de nascimento:	Localidade geográfica: Urbano/Rural		
Quando faleceu o ente querido?	Morte esperada ou súbita?	Institucionalizado(a)?	
Toma medicação antidepressiva, soníferos ou ansiolíticos?		Há quanto tempo a toma?	
Quais os medicamentos?			

Estas foram questões gerais sobre si. Agora gostaria que o(a) Sr(a). me respondesse ao seguinte.

2. FUNCIONAMENTO COGNITIVO

SHORT PORTABLE MENTAL STATUS QUESTIONNAIRE (Pfeiffer, 1973; traduzido e adaptado por CEISUC, 2007)

	Não	Sim
1. Em que data estamos? (dia/mês/ano)*	0	1
2. Que dia da semana é hoje?	0	1
3. Como se chama esta localidade?	0	1
4. Qual é o seu número de telefone? <i>Qual é o seu endereço (só se não tiver telefone)</i>	0	1
5. Quantos anos tem?	0	1
6. Qual é a sua data de nascimento? (dia/mês/ano)*	0	1
7. Como se chama o atual Presidente da República?	0	1
8. Como se chamava o anterior Presidente da República?	0	1
9. Qual é o seu apelido?	0	1
10. Subtraia 3 de 20. Agora subtraia mais três... **	0	1

*Tem que nomear corretamente

**Tem que nomear corretamente a sequência (20 ou 17, 14, 11, 8, 5, 2)

Obrigado(a) por ter respondido. Importa-se que falemos agora sobre o seu luto?

3. LUTO

INVENTÁRIO DE LUTO COMPLICADO (ICG) (Frade e Rocha, 2010)

A seguir encontra-se uma lista de dificuldades que são sentidas, por vezes, pelas pessoas após a perda de um ente querido. Por favor, leia cada um dos itens e indique, com um círculo, a resposta que melhor descreve como se sente atualmente em relação a uma situação de luto.

	Nunca	Rara-mente	Às vezes	Muitas vezes	Sempre
1. Eu penso tanto nesta pessoa que é difícil fazer as coisas que normalmente faço...	0	1	2	3	4
2. As memórias da pessoa que morreu perturbam-me...	0	1	2	3	4
3. Eu sinto que não aceito a morte da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
4. Eu dou por mim a sentir a falta da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
5. Eu sinto-me atraído pelas coisas e lugares associados à pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
6 Não consigo evitar sentir-me zangado com a sua morte...	0	1	2	3	4
7. Eu sinto descrença sobre o que aconteceu...	0	1	2	3	4
8. Eu sinto-me atordoado ou confuso com o que aconteceu...	0	1	2	3	4
9. Desde que ele(a) morreu é-me difícil confiar nas pessoas...	0	1	2	3	4
10. Desde que ele(a) morreu, sinto que perdi a capacidade de me interessar com outras pessoas ou sinto-me distante das pessoas de que gosto...	0	1	2	3	4
11. Eu sinto dor na mesma parte do corpo ou tenho alguns dos sintomas da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
12. Eu desvio-me do meu caminho para evitar lembranças da pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
13. Sinto a minha vida vazia sem a pessoa que morreu...	0	1	2	3	4
14. Eu ouço a voz da pessoa que morreu falar-me...	0	1	2	3	4
15. Eu vejo a pessoa que morreu diante de mim...	0	1	2	3	4
16. Eu sinto que é injusto que eu deva viver enquanto esta pessoa morreu...	0	1	2	3	4
17. Eu sinto-me amargurado(a) sobre a morte desta pessoa...	0	1	2	3	4
18. Eu sinto inveja daqueles que não perderam ninguém próximo...	0	1	2	3	4
19. Eu sinto-me só grande parte do tempo desde que ele(a) morreu...	0	1	2	3	4

Obrigado(a) por ter respondido. Agora vou-lhe perguntar como se sente atualmente e o que sente que fez (faz) para superar a perda do ente querido que perdeu.

4. ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA (adaptado de Sousa, 2013)

1. Sente-se, neste momento, em luto?

[Vida adulta]

2. Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa.

[A perda]

3. Fale-me acerca do que sentiu após a perda do seu ente querido (dentro da família, dos amigos, da profissão, condição de saúde, situação socioeconómica).
- O que mudou na sua vida?
 - Como fez (ou faz) a superação da dor?
 - Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?
 - Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?
 - O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?

- O que mudou na sua vida?
- Como fez (ou faz) a superação da dor?
- Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?
- Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?
- O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?

Sr(a). _____, muito obrigado(a) por partilhar todos estes assuntos delicados comigo. Chegámos ao fim da nossa conversa, pelo que quero agradecer-lhe, uma vez mais, por se ter disponibilizado a colaborar neste trabalho de índole científico.

5. CONCLUSÃO

Não tenho mais nenhuma pergunta a fazer. Gostaria de dizer mais alguma coisa que considere importante? (Em caso negativo) Ficamos então por aqui.

Primeiro momento: ____/____/201__ | Segundo momento: ____/____/201__

Local da entrevista: _____ Outra pessoa (familiar/amigo/vizinho) presente no momento da entrevista: _____

Entrevistador(es):

OBSERVAÇÕES

--

Anexo IV- Transcrição de entrevistas

ID1

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: D.^a M., neste momento a D.^a M. sente-se em luto?**

2 P: Olhe, sinto-me... em luto. Nem... muito luto, nem... muito coisa, ele nunca gostou, nunca
3 gostava que a gente andasse até de luto, diz roupa escurinha... E, e as filhas nem andam de
4 preto nem nada, sente-se sempre a dor do pai e a tristeza do pai não é? Mas o luto não é que
5 leva ao céu. A roupa preta que você quer dizer não é?

6 **E: Sim. Não... Não. O luto que eu quero dizer, é como a D.^a M. como se sente, se sente essa**
7 **dor, esse sentimento de falta...**

8 P: Já se sabe que a gente sente sempre aquela dor... o... dentro... Uma pessoa (sente)... falta
9 dentro de casa, *num* [não] é? A gente sempre tinha com quem falar, com quem destinar a vida
10 e assim não tem ninguém. E a gente já sabe que sente sempre. Sente sempre esta dor.

11 **E: Sente sempre esta dor, é constante...**

12 P: Constantemente.

13 **E: Ah... D.^a M., agora relativamente... gostaria que me falasse um pouco acerca de si, da sua**
14 **vida... Como é que foi a sua vida durante este tempo, ah... antes da perda do seu marido,**
15 **quero que me fale um bocadinho da sua vida, como é que ela era?**

16 P: Olhe... era... era... era... a vida...

17 **E: Era de cá a D.^a M., já? Era de santão?**

18 P: Era de Vila Verde. Em São João fui criada até aos 26 anos, em São João. Depois *tive* [estive]
19 um ano em Vila Verde e depois casei e fui para Amarante estive lá 6 anos e *despois* [depois]
20 vim para aqui, para esta casa. E aqui estou.

21 **E: E o seu marido era de cá, também?**

22 P: Era. Era de cá. A casa era dos pais dele... ele morava aqui, viveu aqui sempre, e foi sempre
23 de cá.

24 **E: E como é que foi que se conheceram? Como foi o vosso casamento?**

25 P: O meu casamento foi (inspiração prolongada) uma tragédia, como diz o *oitro* [outro]. É... eu
26 namorava com um rapaz há... já ia fazer 6 anos e estava para casar com ele e tudo, mas os
27 meus pais... Ele (namorado) andava a trabalhar lá para Trás dos Montes e os meus pais não
28 gostavam muito que disse... que ele que... que... quanto ganhava, quanto arrebentava, que era
29 assim, que era assado. E depois teve este conhecimento dos meus tios e os meus avós, este, o
30 meu marido era como filho deles, davam-se muito bem. Negociavam e davam-se muito bem. E
31 depois começou a... eles a embrulhar-me, a embrulhar-me para *mor de* [?] eu casar com ele...
32 *num* [não] ... eu não queria. Andou *prai* [para aí] 7 anos atrás de mim, escrevia-me cartas e
33 assim e eu dizia sempre que não queria e ele despois... o outro rapaz, eles não queriam que eu
34 namorasse com ele. Pronto, ele casou com outra, com outra rapariga. Não me devia nada mas
35 eu gostava... ele foi aquele... o grande amor da minha vida, como se costuma dizer. Gostava
36 muito dele não é, mas os meus pais não era vontade de eu casar com ele... de eu casar com
37 ele. Começaram-me a embrulhar e... casei com ele, casei com este. O outro rapaz casou... um
38 dia (mais tarde) veio cá e disse: "Se tu quiseses és a minha mulher" e queria-me levar com ele
39 e eu disse: "Não, este desgosto não dou aos meus pais. Se quiseses vir, casar comigo, casa, mas
40 eu ir contigo... esse desgosto não dou aos meus pais, *prefira* [prefiro] ". Casei com ele... casei

41 com este... e... toda a vida foi o sacrifício porque realmente com quem (eu) gostava *num* [não]
42 foi com quem casei.

43 **E: Pois...**

44 P: Mas sempre lhe guardei respeito. Tive 6 filhos, sempre lhe guardei respeito fiz-lhe tudo que
45 ele pedia até agora para o funeral foi tudo... O nosso Senhor o deixe estar em paz. Não tenho
46 mais que dizer.

47 **E: Como era a vossa relação? Depois do casamento como era a relação com o seu marido?**

48 P: Ele era... ele... o meu marido sempre foi uma pessoa muito... ao primeiro parecia que metia
49 as pessoas pelo coração dentro, muito... muito... ah... meigo. Muito... muito... *ovidento* [?] mas
50 de repente tinha um género muito elevado, ele era muito...

51 **E: Alterado...**

52 P: Alterado derivado à... à também, à doença dele. Que ele tinha uma paralisia numa perna,
53 queria andar e não podia... via as outras pessoas muito, (inspiração prolongada) muito bem...
54 ah. Quer-se dizer andar bem e ele não poder, ficava... era uma pessoa sempre revoltada,
55 nunca... nunca estava bem para ele, sempre uma pessoa revoltada, nunca estava bem-
56 disposta, nunca estava... Pronto, olhe. Era... era... e assim foi. Pronto, o que eu ia dizer mais...
57 não sei o que ia dizer... e pronto. E assim foi um ano atrás *de* [do] *doitro* [outro], e criei os
58 filhinhos *graça de adeus* [graça a Deus]. Tive 6 filhos eles todos... ele era uma pessoa que dava
59 tudo, gostava sempre de ter a casa farta e cheia, hum... sempre a trabalhar para a casa, *num*
60 [não] ... *num* [não]... nunca foi, nunca teve a casa... Quer-se dizer nunca faltou nada para os
61 filhos e era sempre muito trabalhador e gerador da vida, porque ele andava a trabalhar e
62 trabalhava. Deixou o emprego e *dispois* [depois] fazíamos o que era nosso, *compremos*
63 [compramos] um terrenito. Fazíamos (cultivar o campo) o que era nosso e ainda fazíamos o
64 que era dos outros e trabalhou sempre. Foi sempre uma pessoa muito, muito *batida* [dada]
65 para a vida, ruinzinho era, mas...

66 **E: Enfrentava a vida...**

67 P: Enfrentava a vida e trabalhava tanto como um homem que tivesse as duas pernas e fazia ver
68 às outras pessoas que um homem sem uma perna...

69 **E: É capaz...**

70 P: Era capaz, que ele... ele quando morreu, disse que quando morresse queria levar música e
71 levou... e boa música. Não sei se soube.

72 **E: Soube, soube.**

73 P: E porque ele disse... que chegar a esta idade e um homem só de uma perna e que nunca
74 envergonhou os filhos e *quinda* [que ainda] trabalhou para deixar uns bocadinhos aos filhos.
75 Que acha ele que chegou aos 82 anos merecia um dia levar música, porque nunca
76 envergonhou os filhos. E um homem e assim deficiente como ele era e que fez ver as outras
77 pessoas trabalhar e a mexer da vida como...

78 **E: Como ele...**

79 P: Como as outras pessoas...

80 **E: Exato.**

81 P: Não sei se é isto...

E: Sim, sim, está tudo muito bem, D.^a M. Tudo o que é da sua vida é o que importa aqui, a sua experiência de vida.

P: E assim... e assim se foi andando um dia que... costuma-se dizer que 'um dia que não se berre numa casa, a casa não é governada'. Quer-se de dizer, uns dias de contente uns dias de zangado e assim se vai levando a vida (risos). A vida é assim não é? Criei 6 filhos, *graças de adeus* [graça a Deus]. Todos muito trabalhadores, todos de vida, tenho alguns riquíssimos. Eu tenho uma filha que ela... ajudou-nos muito, a minha R. não sei se você conhece. Ela esta *na* [em] França, ajudou muito porque ela, pode-se dizer, que é rica, ela (tem) caseiros, policia... tem 55 vivendas rendadas à polícia e fora outras... sem ser à polícia. Outras vivendas sem ser à polícia. Ainda agora comprou uma casa em Vila Nova de Gaia, uma vivenda por 100.000 contos, e ela vive muito bem. Tenho 3 filhos e os filhos todos ajudaram, *graça de adeus* [graça a Deus]. Todos nunca... foram assim, o pai era ruim, mas ensinou-os a ser uns homens de vida. Tanto as raparigas como eles a trabalhar, fez-lhos trabalhar e são uns homens de vida, trabalham! Tenho um que também está muito bem, o N., está muito bem, tenho o N., é a R., a R. M., A. e a M. Todos estão no estrangeiro, tenho uma cá, todos *graça de adeus* [graça a Deus] ... saíram como o pai, trabalhador, quero eu dizer, e de vida, todos. Todos estão bem e todos não queriam que faltasse nada ao pai. O pai era assim ruinzinho e devido também ao problema (não ter uma perna) que ele tinha, era muito doente, queria andar e não podia, Deus deu-lhe... e olhe...

E: E a D.^a M. em que é que trabalhava?

P: Eu bordada.

E: Ai bordava...

P: Eu bordava e tinha (um) negociozinho, como no tempo da sua avó. Eu conheci a sua avó solteira, veja lá.

E: (Sorri) a minha avó, sim.

P: E gente bordava. Eu bordava para ajudar a criar os filhos porque ele, ele... era empregado numa fábrica, num escritório, mas *despois* [depois] *veu* [veio] embora, quis vir embora, quis se reformar, a fábrica também foi *abaixo* [fechou]. A dona da fábrica era tia dele, e ele disse "Não, madrinha, eu vou embora antes disto acabar e pronto e *veu* [veio] embora. E depois quando os filhos realmente precisavam de os ajudar, ele veio embora e depois todos os filhos foram trabalhar cedo.

E: Sim.

P: Tudo seguido a trabalhar. E *adei* [?] portanto...

E: A D.^a M. sempre foi trabalhando nos bordados até...

P: Nos bordados até enquanto pude. Agora acabou tudo.

E: Pois.

P: E... e agente foi trabalhando para ajudar a criar os filhos. Lá sei foi criando os filhos não é, e eles todos, *graça de adeus* [graça a Deus]... Só uma é que andou a estudar, que é empregada de escritório. De resto, aos 15 anos tudo foi trabalhar. (Fala da ida do filho N. para a Suíça, à procura de emprego). Todos (são) muito de vida, o paizinho era muito ruinzinho, mas eles não queriam nada que faltasse ao pai, deram-lhe tudo até ao fim. Tudo correu muito bem. Agora também com a mãe, não querem que lhe falte nada, também.

E: É igual.

125 P: É igual *graça de adeus* [graça a Deus].

126 **E: Como é que a D.^a M. fazia, como ocupava o seu tempo na altura que ainda vivia com o seu**
127 **marido?**

128 P: Olhe, era a vida de casa, nunca ia a lado nenhum. Ele não ia, também não gostava que eu
129 fosse... também não ia, a lado nenhum. Eu só ia... os meus passeios era a casa dos filhos, ia ao
130 estrangeiro, eles pagavam-me a viagem. E (os filhos) *dizia* [diziam]: “Oh mãe, venha até aqui 8
131 dias ou assim”. Nisso ele nunca me berrou, para *mor de* [?] *eu ir* [para eu ir]. Eles tinham os
132 filhos eu ia passar 8 ou 15 dias e eu estava em casa. A minha vida era em casa! Nunca... nunca
133 ia a lado nenhum...

134 **E: Nunca faziam assim nenhum passeio...**

135 P: Não, que ele não era de passeios, ele custava-lhe andar, quando os filhos cá viesse ele... já
136 nos tinham levado a Braga, levado por exemplo a Guimarães, ou *a coisa* [a outro sitio]. Mas
137 revoltava-lhe sempre porque ao fim via as outras pessoas a poder andar e ele não podia, ficava
138 todo revoltado. E depois só se revoltava *escontra* [contra] à mulher.

139 **E: Pois.**

140 P: Tudo o que eu dizia, tudo, não estava nada bem. *Cria* [Queria] vir embora *num* [não] podia
141 andar, não é? E assim era a minha vida. E... e... a minha vida foi sempre assim, ficar em casa a
142 olhar pelos filhos, em 7 anos tive 6 (filhos), você veja lá! Todos pequeninos tive de...

143 **E: Já tinha muito... já tinha muitas coisas...**

144 P: já tinha muitas coisas a fazer. Agora... *graça de adeus* [graça a Deus], vamos a ver o que vai
145 ser por daqui em diante.

146 **E: E tinha... D.^a M., vocês tinham muitos amigos cá?**

147 P: Tinha, ele tinha muitas pessoas amigas.

148 **E: E a D.^a M.?**

149 P: Também. Eles vinham visitá-lo todos lhe guardavam respeito, vinham visitá-lo muito. Ele
150 tinha muito conhecimento, ele... ele dava tudo. Era uma... se ele matasse um porco, ele dava
151 tudo, era tudo. Ele era muito socialista, como diz o outro (risos). Dava tudo, ele preferia tirar à
152 boca e oferecer almoços a toda a gente, ele dava tudo. Aquele homem era ruinzinho mas dava
153 tudo.

154 **E: Como é que foi este processo... disse-me que foi uma morte esperada, já esperava.**

155 P: Já, já há 7 anos.

156 **E: Conte-me como é que foi.**

157 P: Há 7 anos, que ele... já desde, tinha 55 anos *que* [quando] começou a ir aos médicos,
158 adoecer. Cinquenta e cinco anos, só num ano percorreu *prai* [para aí] 6 ou 7 médicos. E ele já...
159 já tinha. Começou a vir aquela doença ao sangue, cancro no sangue, e ele nunca aceitava
160 medicação nenhuma, nem os que os médicos diziam. Ele é que ainda consultava os médicos,
161 costuma-se dizer. E depois pronto, começou a deixar de comer... a deixar de comer... e há 7
162 anos foi para o hospital, *pá marante* [para Amarante] e depois, um dia, um dia a médica
163 chamou, mandou chamar a mim e à minha filha e disse: “Olhe o Senhor M. está para chegar,
164 chegou ao fim, tem cancro no estômago, tem o cancro no sangue, tem num pulmão, pronto
165 não há mais nada que fazer”. Eles também não tinham nada a fazer, eles também não o
166 podiam lá aturar que ele era muito ruinzinho de se aturar. Nunca gostou dos hospitais nem de

medicações, que se os trouxesse que até se matava, dizia assim. Pronto, então eu disse-lhe assim: “Oh senhora Doutora, eu tenho filhos no estrangeiros e se a senhora Doutora me...” - “Olhe, olhe o que ele pode durar é 2 ou 3 dias” (disse a médica). Olhe, durou 7 anos, veja lá.

E: A diferença...

P: A diferença durou 7 anos. Começou... Às vezes diziam assim, os vizinhos que estavam com ele lá no hospital diziam: “O homem vai morrer, o homem não come. Ele não come” e *depois* [depois] só queria leite, leite, pronto. O homem ainda durou 7 anos e até disse aos filhos, os filhos vieram todos, e ele dizia (que) quando morresse queira levar no funeral um fato novo e depois a filha trouxe um fato logo (risos). Ainda esteve o fato 7 anos no guarda-vestidos, que ele queria levar um fato novo quando (morresse)... Ele... Ele, e depois começou... Ele dizia: “hei” chamava nomes às enfermeiras, não deixa dar banho, agarrava-se à roupa que ninguém lhe dava banho. E depois as enfermeiras... o que (é que) eu ia dizer! Já nem sei o que ia dizer. *Veiu* [Veio] embora e depois berrava *escontra* [contra] às enfermeiras que lhe deram a injeção num tendão, e que ele não andava bem da outra perna boa porque... (dizia o marido).

E: Por causa dessa injeção.

P: Por causa dessa injeção, e depois queria tirar o raio x à perna. Foi ele e mais eu, tiramos o raio x à perna. Diz assim o médico: “Olha o homem tem é a perna partida” cá por cima, a perna boa! Diz ele (marido) assim: “Se está partida, assim fica! Também ninguém põe as mãos”. (Risos) Assentado no banco ainda plantou uma margem de cebolo. Pronto e assim ficou, e aquilo lá foi colando. Agarradito a uma... uma hora à bengala, outra hora a duas. E olhe, assim foi andando, e assim foi andando a adoecer. E... e... assim foi. E começou a deixar de comer, a deixar de comer e depois só leite, só leite, chegou ao ponto que nem leite. Agora para o último... último... ano, estava a morrer. Depois veio o meu filho e disse: “Oh meu pai, trago aqui uns iogurtes, você vai comer, você vai sair cá para fora da cama, que você vai ver. Esses iogurtes...” diz ele (filho) assim: “Uma fortuna que eu gastei” que é muito brincalhão. “Isto custou-me uma fortuna” disse (o filho) que era 5€ cada um, cada iogurte. Aquilo só era receitado pela farmácia! Que quem comesse, bebe-se um iogurte daqueles, era pela colher, que... era como comesse uma refeição. Assim esteve um ano...

E: A esses iogurtes.

P: A esses *iogutes* [iogurtes]. Eu ia à farmácia requisitar os *iogutes* [iogurtes], porque não havia no mercado e nem nada era só pelas farmácias ou pelos meus filhos. Quando eles vinham cá traziam bastantes e a gente guardava no frigorífico e... e... quando acabavam ia à farmácia buscar, requisitar esses iogurtes que custavam 5€ cada um. E, pronto, chegou-se ao fim e olhe. Já nem...nem, se punha em pé, começou-me a cair abaixo da cama. Um dia, partiu as costelas, a ambulância veio para o vir buscar e ele agarrou-se aos lençóis da cama a dizer que não ia, que não o tirassem da cama para fora, queria morrer na cama dele. Nem medicação, nem hospitais nem nada, e assim foi o fim dele. E ainda durou até esses 7 anos.

E: E como é que foi esse tempo em que a D.^a M. teve a cuidar do seu marido, durante esses 7 anos? Como é que foi para si?

P: Olhe, foi um martírio, às vezes punha as mãos na cabeça e dizia: “Oh meu Deus, eu nem sei como estou viva” e depois meti-me a compor a casa que chovia muito na casa... *a botar* [colocar] um telhado à casa a reformar a casa, e ele agarrado à cama, não saía da cama. Eu queria mudá-lo para outro quarto e ele não deixava, num deixava... olhe, foi um...

E: Queria ficar naquele quarto...

P: Queria dormir, morrer naquele quarto, eles atrelavam por cima da cama dele, e ele agarrado à cama. Um homem pediu-lhe se eu mudava-lhe para aqui e ele ainda *deu-lhe* [lhe deu] um murro nos lábios ao homem, que ninguém o tirava dali! Era muito teimoso! Era... era doentinho, mas era muito ruinzinho, muito teimoso. Pronto e assim foi. E graça de Deus, ainda se *fizeram* [fez] as obras e correu tudo bem até... até ao... Eu só pedia a Deus, se Deus o *houvesse* [tivesse] de o levar daí por 2 ou 3 meses, que me o levasse enquanto *estava* [estavam] cá os meus filhos, no mês de agosto não é. Olhe e *despois* [depois] dos filhos *chegar* [chegarem] a casa e ele morreu. (E) tiveram (de vir) outra vez.

E: De voltar.

P: De voltar outra vez para casa. Foi isso a morte dele e a vida dele. Ele queria morrer... ele já, já sabia que ia, que *num* [não] durava e dizia assim “Andai isto não vai longe”. E depois eu não lhe podia... ele caiu-me abaixo da cama e eu não podia *botar* [deitá-lo] em cima. Ah... *ajeitei* [falei com] que assistente social lhe viesse cá ajudar a vestir e a lavá-lo todos os dias. Todos os dias *viam-me* [vinham] ajudar a vestir, e ele virava-se a elas, era preciso uma de cada lado, segurá-lo num braço e *oitra* [outra] a lavá-lo. E assim foi a vida, eu só dizia: “Oh nosso Senhor, Deus, se Deus fizesse um milagre tamanho e me o leva-se”, porque eu assim não podia.

E: Estava...

P: Sozinha, em sofrimento, muito sofrimento. Sofria ele e sofria eu, porque não tinha aqui filho nenhum que *ma* [me] ajudasse. A netita tinha ido para a mãe passar férias, eu aqui sozinha sem ter ninguém que me ajudasse, não era? Olhe, foi digo... e digo-lhe conforme ele estava era... era só quem *no* [o] via. Via-se o coraçãozinho dele a trabalhar de baixo da pelezinha. Ele, aquilo não era viver, ele era um cadáver que estava ali, *num* [não] tinha carinha nenhuma, só tinha osso. E não se deixava lavar, num [não] comia, olhe foi um martírio, às vezes punha a mão na cabeça e dizia assim: “Oh meu Deus, eu não sei como estou viva” do que passei!

E: Do que passou...

P: E foi a minha vida, agora...

E: Já era uma morte que a D.^a M. já esperava.

P: Já esperava! Nosso Senhor, eu dizia que se o levasse era um milagre de Deus, aquilo não era viver. Há mortes e há doenças, mas aquela... Aquilo não era viver.

E: D.^a M., podemos falar um bocadinho como é que a D.^a M. se sentiu após a perda do seu marido? O que é que a D.^a M. acha que mudou na sua vida, desde que o seu marido faleceu?

P: Eu agora estou melhor, graça de Deus, *num* [não] é? Você sabe que... que... já não tenho sofrimento de estar a vê-lo a sofrer, não é? Porque sofria ele e sofria eu. Agora já me estou a sentir mais leve da cabeça, mais melhor.

E: Sente-se mais aliviada.

P: Aliviada não é, a gente ir a qualquer lado. Ia a Vila Verde ia e vinha sempre a correr, e ele (ainda) dizia: “Tiveste conversa pelo caminho!” - “Olha que não tive a quem dizer nem bom dia nem boa tarde” (dizia a D.^a M). Era sempre a correr, sempre com aquela aflição de chegar a casa. Depois ele começou a avariar um bocadinho da cabeça, avariar assim um bocadinho da cabeça. Dizia assim: “Ai”. Telefonava para o senhor padre e dizia: “Vocês não viram a minha mulher, roubaram-me a minha mulher, vocês não a viram” e diziam-me assim “Oh M. vá depressa que o senhor M. está farto de dizer que lhe roubaram a mulher” (risos). Isto já não foi, já não foi um ano, nem dois, uma doença assim, chega-se ao fim e fica-se saturada, *num* [não] é. Se fosse assim agora, assim, oh...

255 **E: Foram 7 anos, foi muito tempo.**

256 P: Foram 7 anos, é muito tempo! A *num* [não] comer, a dizer que a comida não era boa, isto
257 não é assim, *oitro* [outro] não é assado, *oitro* [outro]. Olhe, a gente chega-se ao fim, se nosso
258 senhor o levasse que milagre de Deus. Porque...

259 **E: Já era um sofrimento muito grande.**

260 P: Tive um sofrimento muito grande, para ele e para mim *num* [não] é?

261 **E: E o que mudou mais na sua vida, em termos por exemplo... da sua família, sentiu que**
262 **mudou alguma coisa, após a perda do seu marido?**

263 P: Não... A minha família olhe ...

264 **E: Os seus filhos estão tão próximos como antes estavam?**

265 P: Estão, estão! Graça de Deus, estão. Eles estão no estrangeiro e todos os dias me telefonam.
266 Todos os dias: “Mãe...”, Às vezes, se não atender, começa ela assim: “Mãe, onde você foi?
267 Você por onde é que andou?” Que eu já tenho... A de Marrocos telefona todos os dias, a de
268 França, a minha R. (mostrou a fotografia) telefona todos os dias: “Mãe onde você é que vai?
269 Você onde é que foi? Não ande ao frio” (pergunta a filha). Todos, todos estão conchegados à
270 mãe.

271 **E: E a nível da saúde, acha que após a perda do seu marido a sua saúde se alterou?**

272 P: Agora já estou a ficar melhor, mas você sabe que aquilo, sabe que 7 anos uma pessoa
273 pregada na cama, ia a qualquer lado sempre a correr e aflita, se está bem, se está mal, se está
274 como não está... Foi... (suspiro) nem sei como é que pude viver, *alvezes* [às vezes] as minhas
275 irmãs dizem: “Oh M. nem sei como estás assim *direitica* [direita], à vida que tu tens”. Não é?
276 Foi muitos anos olhar assim.

277 **E: E a seguir à morte do seu marido, os primeiros meses como foram para a D.^a M.?**

278 P: Olhe, olhe, eu punha a mão na cabeça e parecia que não estava bem da cabeça. E não
279 estava bem... depois ela... até ainda tenho ali mais injeções (medicação) para tomar *cu* [que o]
280 médico me receitou *pá* [para] a cabeça.

281 **E: Ai é, injeções também.**

282 P: Sim, ampolas, por *mor de* [?] a ver se, se fico assim melhor da cabeça.

283 **E: Então depois a D.^a M. mostra-me essas ampolas.**

284 P: Ai mostro (mostrou a caixa). A gente de noite parecia que... a gente parece que ouvia falar
285 que ouvia a bater. *Alvezes* [às vezes] eu dizia assim: “Ai ou acho que está aqui truz truz,
286 parece-me que ele me bate à porta de noite” assim...

287 **E: Pois estava a dormir e parecia...**

288 P: Parecia que ele estava a bater à porta e parece que o via falar, que o ouvia a chamar por
289 mim. Mas agora isso está já está a passar, sinto-me... sinto-me muito melhor agora sem
290 *comparança* [comparação]. Agora já vai fazer meio ano, não é?

291 **E: Sim, 6 meses.**

292 P: Que agora... mas nos primeiros tempos não saía de casa, nem... nem... Metia-me só na
293 cama. Ao meio dia as minhas filhas telefonavam “Oh mãe onde você está?” – “Olha estou na
294 cama” (dizia a senhora M.) “Oh mãe saia da cama para fora,” que você *cinco tal* [daqui a uns
295 tempos] você não anda, você saia da cama para fora, vá até Vila Verde”. Eu dizia: “Não que

está frio e também não vou”. Eu tomara eu que... parecia que até nem queria que me vissem assim, não gostava de recordar a vida, porque todos perguntavam “Como foi o Senhor M., o Sr. M. assim e o Sr. M. assado”. Ficava com aquela coisa na cabeça, não ficava muito bem. Agora, pronto já... *prefira* [preferia] nem ver ninguém. Assentava-me aqui, ficava na cama até às 11 horas, depois punha-me a pé, aquecia a sopinha... gosto muito assim de uma sopinha. O que eu quero dizer, não havia para quem fazer o comer, a rapariga ia para a escola, ia com de noite vinha com de noite. Depois meteu-se logo inverno e eu nem fazia de comer e passei assim aqui, *num* [não]... aqui, também estamos num lugar que são muitas pessoas de idade, *num* [não] há com quem falar, *num* [não] há com quem...

E: Conversar...

P: Conversar, as minhas irmãs é meia hora daqui lá para baixo, meia hora para cima, *adei* [?] portanto, foi assim. Foi um bocado difícil de passar. Agora graça de Deus, já está, está a correr tudo bem.

E: E a nível económico, D.^a M., sentiu alguma diferença após a morte do seu marido?

P: Não, eu tenho a minha reforminha e vou-me governando com a minha reforminha. E agora tenho metade da dele, e agora se tiver alguma dificuldade os filhos dão. Todos os filhos ajudaram à *coisa* [ao problema] do pai. Todos concordam... Dinheiro, dinheiro não tenho, enquanto eles... e ele deu alguma coisita aos filhos. Agora vai-se vivendo com a reforminha, com o que se tem, que é a nossa riqueza. Olhe quem tem uma reforminha é melhor que ter uma quinta. (Fala dos terrenos que deu aos filhos e do cultivo desses terrenos).

E: Como é que a D.^a M. fez ou faz para superar a dor? A dor da perda do seu marido?

P: O que hei de dizer... olhe.

E: Que maneiras faz para passar essa dor?

P: Olhe só pedia a Deus que me ajudasse. Nossa Senhora me ajude, me dê força para *mode* [?] eu passar esta vida. O que eu hei de fazer?

E: Continua a ir aos mesmos sítios que antes ia com o seu marido?

P: Eu não ia a lado nenhum. Era, era ir à *missita* [missa], e de resto... enquanto ele podia negociar e era novo ainda gostava de ir às feiras até mais o seu avô. Era seu avô não era?

E: Era. Era o meu avô.

P: Falava muito com ele e ajudava um ao outro. Ele não era um *home* [homem] de ir a uma festa, de ir a um passeio, não era nada, e eu olhe, eu olhava pelos filhos pequeninos e assim ficou.

E: A D.^a M. mostrou-me há pouco o quarto do seu marido, era o quarto onde vocês sempre estavam...

P: Até ele ficar assim doente, dormi sempre lá eu e esta minha netinha. Ela nasceu e eu fiquei com ela e depois ele disse assim: “Vai para aquele quarto mais a menina e *dorminde* [durmam] lá. Comecei, desde que ela nasceu, fiquei sempre a dormir lá naquele quarto.

E: Mesmo antes de ele ficar assim doente?

P: Sim. Sim, depois ele começou-se a pôr assim doente. Pronto eu ficava lá mais a netinha. *Num* [não] podia ver que se lhe *embarrasse* [tocasse], *num* [não] podia ver que, que... Quer-se dizer que não tinha, de homem *num* [não] tinha, quero eu dizer não tinha relações

338 nenhuma, porque ele tinha, aquela, aquela doença no sangue, faltou-lhe as relações tinha ele
339 55 anos. *Adei* [Portanto] a mulher já não lhe fazia falta nenhuma. Parecia, parecia que até a
340 gente na cama *num* [não], não se encontrava bem.

341 **E: Sim, eu estou a entender.**

342 P: Está-me a compreender? Parecia que...

343 **E: Já não sentia a sua falta, nem o seu carinho de estar ali ao lado...**

344 P: Ao lado dele, nem, nem, parece que nem estava bem. Pronto. Ele começou... até a menina.
345 Comecei a dormir sempre com a menina.

346 **E: Pois, exato.**

347 P: Ele dormia no quarto dele ele às vezes dizia assim: “Ide para o vosso quarto, deixai-me aqui
348 em paz” porque ele tinha muitas dores. Quando tinha muitas dores, queria estar mas era só,
349 *num* [não]...

350 **E: Mas a D.^a M., já tinha ido para o outro quarto antes de ele ter ficado mesmo doente?**

351 P: *Na* [Não]... já ele. Só fui para o *oitro* [outro] quarto quando a menina nasceu.

352 **E: E ele já estava doente?**

353 P: Já, já andava doente. Ele começou a ter esta doença, tinha 55 anos.

354 **E: Foi aí que passou para o outro quarto.**

355 P: sim que ele dizia... Ele dizia que lhe faltava as relações e que não era velho, mas foi aquela
356 leucemia que tinha no sangue.

357 **E: O sangue percorre o nosso corpo todo por isso afeta tudo.**

358 P: *Adei* [?] portanto começou a ter essa doença e depois pronto. E depois começou a rejeitar
359 a... parecia que não estava bem com a gente na cama. Tudo se lhe *embarrava* [toca-se], “tu
360 aleijas-me, tu isto, tu aquilo. Ide para o vosso quarto” (dizia o marido).

361 **E: Estava revoltado.**

362 P: Tudo lhe revoltava, pronto. Ele ali ficou, tinha o quartinho dele. Eu dormia lá naquele quarto
363 mais a menina. (Fala que tem muitos quartos). *Adei* [Portanto] foi assim, ele não começou a
364 sentir-se bem, a doença tudo lhe aborrecia, tudo lhe chateava.

365 **E: A D.^a M. sentiu uma grande dor quando ele partiu e ao longo desses dias como é que se**
366 **tem sentido, como vai ultrapassando essa...**

367 P: Vou, agora vou *graça de Deus* [graça a Deus]. Estou-me a sentir melhor.

368 **E: E faz assim alguma coisa para conseguir mesmo ultrapassar essa dor?**

369 P: Pois, pois. Tenho de passar para *mor de* [?]. *Alvezes* [Às vezes] estou *assentada* [sentada] e
370 começo a pensar nele, e começo a rezar, rezar ao Nosso Senhor (e digo): “Que o Nosso Senhor
371 te perdoe os teus pecados e que te deixe ficar em paz”. Parece que quanto mais lhe rezo,
372 parece que mais o vejo, parece que a imagem dele, me fica mais na cabeça, não é. Se fizer para
373 esquecer para *mor de* [?] ver se, se alivio melhor. E é assim...

374 **E: Pois. E o que é que faz para esquecer?**

375 P: Olhe, trato da minha vida. Agora até hei de começar a ir até Vila Verde, todos os dias um
376 bocadinho, abrir as portas da casa da minha filha, as janelas... e falar com este e falar com

377 aquele. Para *morde* [para] ver se alivio mais a cabeça. Para ver se me sai mais esta dor, esta
378 coisa da cabeça, este peso que tinha na cabeça.

379 **E: Como é que a D.^a M. tem procurado viver o seu dia-a-dia? Para se distrair. Que estratégias**
380 **tem adotado?**

381 P: Olhe, olhe, vejo televisão (risos).

382 **E: Costuma a ver televisão para se distrair...**

383 P: Para *mor de...* se não. Não tenho aqui ninguém, não tenho com quem falar, não tenho nada.

384 **E: A televisão é uma companhia.**

385 P: A televisão é uma companhia. De manhã, ponho-me a pé todos os dias às 7 horas para
386 preparar o leitinho à neta, para ela ir para o colégio. Ligo a televisão, ponho assim baixinho
387 para ver as horas (e diz à neta): “ R. são tantas horas” e assim vou espalhando, e assim vou
388 espalhando.

389 **E: É bom também ter aqui a sua neta, não é?**

390 P: Ah, pois também. Pois se não estivesse, eu também não estava aqui. Olhe, ia até a casa de
391 um filho, outra hora até casa de *oitro* [outro]. Às vezes os filhos dizem: “se você agora não
392 tivesse a neta, vinha até aqui um mês, ia até a R. outro mês, para a A. outro mês, regalava-se.
393 Agora já vai ter com quem sair, com quem falar”. Até agora ele não ia, não podia ver que a
394 gente fosse também, também já se sabe, ficar aqui sozinho, não é, não ter ninguém, revoltava-
395 se. E, pronto, assim se foi passando a minha vida.

396 **E: Agora é que a D.^a M. já pode ir...**

397 P: Agora já posso, aos poucos.

398 **E: Como disse há pouco, ia agora a Marrocos ter com uma filha... e esteve em França...**

399 P: Vou. E assim se vai passando, se Deus me der meia dúzia de anos de vida, para *mor de* [?]
400 ver se recupero o que perdi.

401 **E: D.^a M. que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu quando o seu marido faleceu?**

402 P: De quê?

403 **E: Que tipo de apoios que teve, quando ele morreu?**

404 P: Da assistência social?

405 **E: Por exemplo, sim. Teve apoios...**

406 P: Olhe tive... eu já *muito ano* [muitos anos] tinha metido papéis porque a reforma era
407 pequenina, era pequenina. (Fala do processo de pedido de reforma do marido devido à sua
408 doença).

409 *Depois* [Depois], quando foi agora, *meter* [entregar] os papéis como ele tinha morrido, e esta
410 coisa da assistente social e ele disse-me: “Ele morreu, sem ter lá ido o médico” e toda a gente
411 recebia mais um bocadinho e a ele nunca lhe deram. E um homem tao paralisado, tão doente,
412 com tantos problemas, sem uma perna...

413 **E: Tinha direito.**

414 P: Tinha direito, com aquela paralisia que tinha na perna, ali como um pau seco e não lhe
415 davam. Depois, agora, quando eu *arrecebi* [recebi] do funeral, mandaram-me dinheiro do
416 funeral, que estou a *arreceber* [receber] da parte dele, em contos 33 contos. É que me

417 mandaram *despois* [depois] 140 contos atrasados, que já haviam de ter mandado. Como *num*
418 [não] *veu* [veio] cá o médico, a senhora (assistente social) disse: “não se aflija que depois vais
419 receber todo junto”. E *atão* [então] recebi agora este dinheiro, estes mesitos de dinheiro, mas
420 7 anos, andei assim que não deram nem mais nada e tanta gente a receber que eu sei, a poder
421 andar... e um homem paralisado como um *escaleto* [esqueleto] numa cama e *num* [não], e
422 *num* [não], davam nada.

423 **E: M., teve algum apoio humano quando faleceu o seu marido? Algum apoio de alguém que**
424 **lhe apoiasse assim bastante.**

425 P: Não, olhe...

426 **E: A família, os médicos.**

427 P: Médicos não, que ele não aceitava médicos.

428 **E: Não, eu estou a falar da D.^a M.**

429 P: Não, agora é que eu fui ao médico *despois* [depois] de ele morrer. *Prai* [Para aí]um mês

430 **E: Um mês depois de ele morrer é que foi ao médico?**

431 P: Fui ao médico, não me sentia bem. Parece que *num* [não], *num* [não] me sentia em pé bem,
432 e da cabeça. Destas coisas todas, do que passei. Agora já estou a ficar melhor. *Num* [não] me
433 sentia bem dos tormentos que passei aqui de noite e de dia, sozinha, sem a... A rapariguita
434 (neta) tinha ido passar férias com a mãe. Eu sozinha, não tinha ninguém, que me ajudasse, só
435 eu e ele. Quando ele morreu, só estava... eu telefonei. Morreu, era 1h da madrugada ele (dizia)
436 “E. (D.^a M)...” mas ele já não dizia bem. E deixou de falar. As senhoras vieram lavá-lo e
437 disseram: “Ele não passa e olhe que não dura muitos dias”. Tão depressa estava na cama como
438 estava à beira dele. *Pus-lho* [Pu-lo] numa sala com uma cama de subir e descer, e com colchão,
439 não lhe faltou nada, com colchão de massagens, para estar quentinho e tudo. E depois eu vi-o
440 muito aflito, telefonei para Amarante, para a minha filha, (e disse): “Oh R. anda cá depressa
441 que parece que o pai parece que está na aflição da morte” - “O que você diz, mãe?”
442 (perguntou a filha). “Anda cá depressa”. E ela *veu* [veio] e ele durou meia hora, se não morria,
443 e eu sozinha mais ele, e mais passei a vida só, sem ter ninguém. (Fala da assistência da
444 segurança social).

445 **E: Pronto, não teve mais apoio de ninguém.**

446 P: As filhas estavam, estavam no estrangeiro. Aqui também estamos num lugar só, só de gente
447 de idade, sem poder *botar a mão* [ajudar] a ninguém. (Fala do modo de vida dos vizinhos).

448 **E: É muito isolado.**

449 P: É muito isolado.

450 **E: O que é que a D.^a M. mais gosta e o que menos gosta. Depois da perda o que mais gosta**
451 **de fazer?**

452 P: Olhe, eu, gosto de fazer tudo (risos). Gosto de ir até ao quintal, mas de resto a minha vida é
453 aqui. É, é dentro das portas. Agora, se aliviar o tempo e a gente puder ir até lá fora, e coisa, até
454 dá saúde e a ver se a gente *esqueci* [esquece]. E a ver se aquela onda passa da cabeça, não é?

455 **E: Sim, e o que menos gosta, D.^a M.? Depois da morte do marido, o que sentiu que menos**
456 **gosta?**

457 P: Olhe, acho que é de fazer o comer, que não tenho quem coma.

458 **E: Fazer só para si custa, não é?**

459 P: Pois é assim.

460 **E: D.^a M. muito obrigada por ter participado, ah... todos estes assuntos delicados que são**
461 **para si, e de ter partilhado comigo. Chegamos então ao fim da nossa conversa. Quero**
462 **agradecer-lhe por ter estado disponível.**

463 P: E, e, isso para *qui* [que] é? (Colocou esta questão apesar da entrevistadora já ter explicado e
464 apresentado a folha de informações).

465 **E: Isto, como lhe disse, é o trabalho da universidade, como lhe estive a explicar no início na**
466 **folha de informações. É um estudo científico em que eu e as minhas amigas estamos a fazer.**

467 P: Pois.

468 **E: E depois vamos ver como é que as pessoas superam o luto, quais são as estratégias ou as**
469 **maneiras que as pessoas fazem para ultrapassar o luto. A D.^a M. como me mostrou, até está**
470 **a superar bem, porque já estava um bocadinho preparada.**

471 P: Pois, pois estava. Não foi um choque...

472 **E: Não foi de repente.**

473 P: Não, não foi. Foram muitos anos, aos 55 anos começou a ser doente e a revoltar-se com
474 aquela doença, que isto, e mais aquilo. E a gente, olhe a sofrer.

475 **E: Pois, há pessoas que não conseguem superar tão bem, há pessoas que nunca aceitam a**
476 **morte. A D.^aM., pelo que me entendi, tem aceitado a morte.**

477 P: Pois. Olhe, feliz dele que deixou de sofrer, felizmente, que aquilo não era viver.

478 **E: Nem um nem outro.**

479 P: Nem um nem outro.

ID2

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: M. sente-se neste momento em luto?**

2 P: Sim, sinto. Sinto, agora já estou mais um pouquinho conformada. E sinto-me em luto
3 sempre, eu acho que vou sentir o luto toda a minha vida (chora) porque do meu marido, posso
4 andar com uma roupa mais de cor, mas o meu coração está sempre triste. Não é? Meu
5 coração... A gente... Eu acho que, o *home* [homem] faltar à gente que nunca mais, nunca me
6 esqueço dele na minha vida. Ainda há dias tive (com) uma mulher, uma rapariga... fui à minha
7 afilhada a Santão comer, e (ela) me disse: “Aí, a senhora devia arranjar uma companhia”. Eu
8 disse assim: “Eu nem quero que a pessoa me fale nisso, nessas coisas [impercetível], que Deus
9 me desse semelhante ideia que eu já estou numa idade, que não estou *pa* [para] *pa* [para]
10 aturar tolos”, que é uma maneira de falar. Que conversas, que as pessoas vem assim falar à
11 gente, não gosto.

12 **E: Ainda tem aquele sentimento pelo seu marido?**

13 P: Eu tenho meu sentimento, o meu *home* [homem] era tudo para mim (emocionada). Ele era
14 doente, mas ele era tudo para mim (chora). Era tudo para mim, eu sinto que Deus que me dá
15 força para eu ir vivendo mas... mas *num* [não] queria *falta-le* [faltar-lhe] o [ao] respeito, nem
16 que eu antes queria que deus me desse a morte do que eu tentar coisas dessas, não é ? Ainda
17 há dias a minha sobrinha me disse: “Oh tia você esta numa idade não é melhor arranjar uma
18 companhia *pa* [para] não estar sozinha” e eu: “Por amor de Deus, nem me venhas cá com...”
19 até me apeteceu *dale* (dar-lhe) *mal* [má] resposta. Porque, porque *num* [não] gosto mesmo
20 dessas coisas. Eu tenho todo respeito pelo meu *home* (homem). Ele faltou-me, está no outro
21 mundo, mas está no meu coração (chora) em todos os momentos, não é?

22 **E: Todos os momentos.**

23 P: Todos os momentos... Deus me livre.

24 **E: Não ia conseguir estar com outra pessoa a pensar no seu marido.**

25 P: Deus me livre, era o que me faltava, foi o *home* [homem] da minha vida. Que conheci e, e...
26 Deus Nosso Senhor me defenda. Deus me livre de eu agora querer ir arranjar uma companhia.
27 *Pra* [para] que eu queria o *home* [homem]? Tá bonita.

28 A mãe da I. (cabeleireira) disse que queria um *home* (homem) por *morde* [para] a passear de
29 carro, que não tem ainda carro eu assim: “ Eu toda a minha vida andei a pé e quando tiver de ir
30 a qualquer lado vou na mesma”.

31 P: Sim.

32 **E: E faz os seus passeios igual.**

33 P: É, é verdade.

34 **E: Gostaria que me falasse um pouco a cerca de si, da sua vida, das suas origens, se era**
35 **daqui, já de Aião.**

36 P: Ai, eu era cá de Felgueiras, fui de... Nasci em Vila Verde, depois *moremos* [moramos] em
37 Airões e depois voltemos a vir para aqui, para Aião, para a tal casa que disse há bocadinho.

38 **E: No Souto.**

P: (Fala da mudança de casa, que não aceitou a indenização, 02:46-03:54, 1ª gravação). É bom a gente ser assim, sabe menina. A gente é feliz por fazer o bem, porque nós, uma pessoa..., o que eu digo muitas vezes, que eu penso assim. Eu ando *tanto* [tão] tranquila de mim, porque eu nunca na minha vida disse assim: “Fiz uma coisa qualquer...”, “Atraíçoei isto por *quer* [querer]...”, ou “Atraíçoei esta pessoa por qualquer coisa, por *quer* [querer]...” ou, ou “fiz mal porque quis...” Não senhora, ando tranquila, porque nunca fiz mal nenhum a ninguém. (Continua a falar de não fazer mal a ninguém, 04:30-05:20, 1ª gravação). Mas sinto-me feliz como sou, de ajudar as pessoas, de fazer o melhor e por ter as pessoas minhas amigas. As pessoas são todas minhas amigas, aqui no meu lugar, são todas minhas amigas.

E: Tem muitos amigos.

P: Tenho muito amigos, todos me respeitam (com) a *graça de Adeus* [graça de Deus], nosso Senhor. Tenho muito gosto disso, e é o que me dá força sabe.

E: Antes do seu marido falecer como é que a M. vivia, como é que... se estava assim muitas vezes com os seus amigos? Como é que convivia? Como é que era?

P: Convivia com ele, e às vezes estava com o meu cunhado aqui à beira, tínhamos muito amigos, que nos vinham muito visitar (refere de onde tem amigos, 06:05-06:35, 1ª gravação).

E: Gostavam dessa atenção.

P: E eu estava sempre preocupada com todos, está a compreender?

E: Sim.

P: (Fala como o senhor padre a vi-a como boa pessoa, 06:40-07:37, 1ª gravação). Quando fui operada tive 170 visitas numa semana.

E: Quantas?

P: Cento e setenta ! É verdade menina, 170 visitas, o meu *home* [homem] dizia: “Tens todas as visitas por ti, tens todo o mundo por ti” (risos). (Fala da visita, 07:52-08:06, 1ª gravação).

E: E iam assim muitas vezes a festas? Como é que era?

P: Muitas vezes não ia. Não ia a festas. Só ia a Fátima e á Penha, ia com os meus sobrinhos pequenos, e eu ia mais eles, e íamos assim com o meu A. (marido).

E: E iam também ao São Pedro em Felgueiras, não é?

P: E ao São Pedro, e assim... Às vezes, foi agora no fim que até aí não fui. Íamos a Santa Quitéria, mas não era por São Pedro. Não tínhamos carro, *num* [não] é. Tinha de ser de camionete, ou alguém que nos leva-se. (Continua a falar de outras formas de lá chegar à Santa Quitéria, 08:44-09:01, 1ª gravação). Era como levar o meu A. (marido) ao hospital, também era igual, eu pagava sempre o táxi, porque é [era] melhor. (Fala da vida de taxista e de incomodar as outras pessoas, 09:07-09:56, 1ª gravação).

E: Como é que foi que se conheceram a M. e o Sr. A.?

P: Eramos vizinhos.

E: Foi o primeiro namorado?

P: Não, o primeiro não foi, tive muitos namorados (risos). Eu tinha muitos namorados, o A. é que... o meu *home* [homem] é que gostou de mim desde novita. Uma vez vinha do mato e disse-me assim, passou por mim, e disse uma graça qualquer de gostar de mim, tinha eu *prai* [para aí] 14 anos ou 15, mais ou menos. Parece que foi 14 ou 15 anos que, ele disse qualquer

coisa de eu ser bonita, não sei quê. Eu... Eu... *desculpai-me* [desculpe-me]o termo [palavrão], és tão feio (risos). Digo cá, Deus comigo, olha [palavrão], és tão feio!... Porque ele vinha com uma camisola assim muito grossa, aquelas camisolas antigas (explica a cor e tipo de tecido 10:48-11:08, 1ª gravação).

E: E depois ?

P: E depois disse: “Deixa-me estar calada, pode ser o que me toca”, e foi! E ele nunca me largou, andava sempre... onde moramos no souto, andava por trás das carvalhas, dos castanheiros, e ele metia-se por trás das carvalhas a escutar-nos [escutar-nos], a ver...

E: (Risos)

P: E pronto nunca me deixava. (Era) sempre assim. Eu morei (namorei) com outro rapaz. (Fala de um episódio de conversa com o marido, 11:32-12:10, 1ª gravação). Quem o visse assim a falar, parecia que era de rancoroso, está a perceber? Mas não, mas não era, ele era boa pessoa.

E: E depois, foi aí que começou a namorar com ele?

P: Foi no Santiago, no dia 24 de julho e *casemos* [casámos] em julho também, 24 de julho. (Toca o telefone).

E: M. pode-me falar como foi a doença do seu marido?

P: E ele passou aquela vida assim de cansaço, daqueles trabalhos, porque ele passava uma semana a lambicar para os senhorios. Aguardente da quinta... Passava muito a trabalhar de noite e, é por isso que ele ficou assim. Já uma vez deu-lhe lá uma aflição que, deixou queimar uma portada de aguardente, porque deu-lhe lá aquela aflição... porque, ele tinha aquela doença. Ele não podia ver nada de álcool nem nada, nem coisas nenhuma, não é? E lá... só *que* [porque] eles *cheiram* [cheiravam] aguardente e também lhe fazia mal. Tudo lhe prejudicou, aquele (àquele) desgraçado. É isso que eu tenho mais pena dele ir pa [para] outro mundo, por ele trabalhar muito, não é, não é... De trabalhar e sofrer, tenho mais pena de ele trabalhar muito, trabalhou muito para depois sofrer consoante sofreu. Porque se ele tivesse um trabalho mais leve, não sofria tanto.

E: Foi por isso...

P: E foi por isso que ele sofreu muito, tanto. Mas, pronto eu aceito, a gente...tava muito triste, chorava, mas eu digo-lhe menina, eu digo-lhe e é verdade, e é certo. Eu tive muita paciência, eu tive muita paciência, e é por isso que agora agradeço muito a Deus, Nosso Senhor, isso! Por me dar aquela paciência *por* [para] olhar por ele com todo o carinho, até à última da hora da *morte* [da vida]. Fui para Penafiel, quando foi a última vez, chamei aqui uma médica *pa* [para] *morde* [para] ver o que podia fazer, e eu *toca* [tive] de chamar uma doutora. (Explica qual é a doutora, 01:33-01:47, 2ª gravação). E ela veio cá, e disse que não tinha nada para fazer, que já tinha levado ao hospital...

E: Mas você...

P: Porque aquela doença menina... diga, diga.

E: Queria saber se descobriu essa doença antes ou depois do vosso casamento?

P: Ai quando eu casei, foi depois do meu casamento.

E: Ah, foi depois do casamento.

P: Foi depois do meu casamento, foi depois. Eu em solteira, eu ainda era solteira... quando casei fomos *aculá* [ali] a um médico de Lousada e ele disse-me assim: “A senhora não via que quando namorava com ele, não sentia que ela já era doente?”. Digo eu assim: “Eu não senhor doutor, eu às vezes, ele tinha certas coisas que eu dizia assim, pronto, achava que não era normal, mas são feítios pensava assim”. São feítios que todos temos, não é? São feítios! Assim, em certas coisas notava assim, uma coisita, sei lá, às vezes estava a minha beira e fazia assim: (fez um movimento com os lábios). Digo eu: “Porque é que tu fazes assim?”, e ele dizia que era a brincar. E eu pensava, era um feítio como outro qualquer, como outro qualquer não é menina?

E: Sim, sim.

P: Depois deixou de fazer, já não fazia tantas vezes.

E: Ele notou que não gostava muito, foi descobrindo... E então como foi a doença?

P: Depois começou a dar, a dar-lhe aquelas coisitas, aquelas *aflições* [aflições] que a gente levava ao hospital, não é? E então, foi quando o médico, disse lá... o (médico) dali de Lousada. Digo eu assim: “Oh senhor Doutor, não interessa, eu por acaso, não senti quando namorava com ele, dele ser doente. Mas, se ele fosse doente... também podia ser eu, *num* [não] ia deixá-lo por ser doente”, eu disse-lhe assim, como foi ele também podia ser eu.

E: Sim.

P: E, e, ele... e as pessoas doentes precisam, que tenham... quem tenham (a) dor deles, porque eu acho que é assim, uma ajuda, uma apoio, não é? É assim... (Chamou a vizinha). Em família, é bonito sermos humanos, sermos amigos uns dos outros, ser..., cada um tem os seus feítios que todos temos os nossos feítios não é, uns de uma maneira, outros de outra. Mas eu olhe, eu é a tal coisa, eu assim. Eu levava o meu *home* [homem] ao hospital, o A. (marido) e esta minha cunhada estava sempre a reclamar que eu, que eu dava-lhe... que não queria..., eu muitas vezes levava-o ao hospital mas, *evitava-lhe* [evitava] dar-lhe sempre a medicação, porque eu sabia que tinha as ordens do meu médico, não é?

E: Sim, mas o seu médico receitava a medicação, e dava-lhe?

P: O médico, pois... os médicos do hospital, a gente vai... eles tinham essas doenças e receitavam-lhe, não é? Sabe que a gente vai a um hospital, e eles receitam-lhe. E eu *tinha sempre a coisa* [a lembrança] do médico dizer que ele não podia tomar outros medicamentos. Uma vez disse-me assim, o médico de Pena... do, do Santo António. Dele, começou a ir às dele (consulta), lá com aquelas do... como contei à menina abocado, de ir lá ao especialista.

E: E como é que, explique-me agora como é que era, qual era a doença dele?

P: Foi assim, eu levei ao especialista do... ao especialista dos olhos, não é? E uma doutora disse-me assim: “li... oh senhora, não isto não é cada daqui”. Foi muito boa médica, se fosse outra... outra, levava-me o dinheiro da consulta, e leva... e os óculos e dizia assim: “Então levai-os lá.” Há sempre boas pessoas no mundo, é por isso que eu digo que (para) tudo é preciso sorte. E, e, diz, diz... e olhe que eu peço muito a Deus, assim, por estas pessoas *porqui* [porque] abençoado seja quem é assim uma pessoa... Porque se ela fosse outra ela dizia que não era nada *dóculos* [de óculos] e não era. E *ela* [eu] disse... disse: “Oh senhora Doutora e afinal?”, “Vai imediatamente ao hospital ali, que não é nada daqui *dóculos* [de óculos], nem desta casa, a senhora vai lá, que o senhor A. está pior, do que aquilo que pensa” e eu fui. E eles... foi para um médico, foi para outro, foi para um gabinete, gabinete, foi para outros, foi para outros, tinha lá o senhor C. (vizinho) que era muito nosso amigo... foi para uro... neurologia. Ficou em

165 neurologia, porque aquela doença ataca, aquela doença ataca os nervos, os nervos que vão do
166 *penes* [pénis] à barriga, ao coração, do coração ao cérebro.

167 **E: Todos os músculos.**

168 P: Todos os músculos do corpo. E aquele é o principal, aquele que dá as raízes para o lado, de
169 certo para todos os órgãos, não é?

170 **E: Para o cérebro.**

171 P: E aquilo vai ter ao cérebro, ficou em neurologia sempre, é como diz a médica. Depois, então
172 no fim, fui ao médico, ali em Penafiel, um dia, e ela queria que ele fosse operado ao coração. O
173 médico disse que ia fazer uma *catatarismo* [cateterismo], e eu disse um *catatarismo*
174 [cateterismo... e eu disse que: (se) não podia ser operado, senhor Doutor. E ele (médico) disse-
175 me: “Ele não pode ser operado, mas pode ser que faça o *catatarismo* [cateterismo] e que a
176 veia *alvie* [alivie] a veia”. Fez o *catatarismo* [cateterismo] e ele, em todo o modo... correu
177 tudo bem, e eu não queria que corre-se mal e ele (médico) disse que eu... que era melhor ele
178 ser operado, que era melhor ser operado, e eu não aceitei. Ele mandou uma carta para eu (o)
179 levar ao hospital... *pra* [para]... dizia que se ele fosse operado ,que não tinha hipótese. A
180 menina veja, “Se for operado não tem hipótese”, mas, mas... e se fosse operado no São João,
181 que não era no Santo António... e Penafiel...

182 **E: É São João é tudo especialistas.**

183 P: É, é tudo especialistas, e lá no Santo António também, o que é, também é um hospital bom,
184 mas o São João é mais a área de cá, não é? E depois a doença dele... era mais coisa para ser
185 operado. Ele leu a carta, e dizia que não tinha hipótese e o doutor disse assim: “Oh D.^a E., o
186 senhor Doutor, o Doutor”, ela não disse senhor Doutor, eu é que digo (riso). O Doutor diz aqui
187 que não”, que eles são colegas, são médicos, não é?

188 **E: Compreendem.**

189 P: São todos da mesma coisa, disse-me o médico, disse-me assim: “O médico diz aqui que, se o
190 senhor A. for operado, que não tem hipótese”, e então deu-me a mim para eu *aceitar* [assinar]
191 o termo de responsabilidade para ser operado. “Eu sou neurologista, não sou cardiologista, ele
192 é que é cardiologista” (disse o médico).

193 **E: Pois.**

194 P: E *digo*-lhe [disse-lhe] eu “Ele a mim não me disse isso senhor Doutor” mas pronto... e depois
195 ele disse-me assim: “A senhora” quando eu cheguei a senhora Doutora, o senhor doutor, ah...
196 O senhor Doutor, a senhora Doutora disse: que o senhor Doutor dizia aqui na carta, isto assim
197 a sim, eu gostava de a lê-la, mas não gosto... e não a li, e então disse: “Oh senhor Doutor dizia
198 aqui na carta que, se o senhor A. fosse operado não tinha hipótese, e o senhor Doutor... acha,
199 acha”... diz-me ele assim: “A senhora não quer que ele seja operado, mas olhe que a senhora
200 não vai aguentar o sofrimento dele. Nem ele vai aguentar o sofrimento, nem a senhora vai
201 aguentar o sofrimento dele”. Já sabia o que lhe ia dar, que ia ficar assim. E... e, pronto, disse:
202 “Oh senhor Doutor, o senhor Doutor acha-me com coragem. Acha que eu tinha coragem de
203 levar o meu marido para o hospital, para *morde* [para], para o ir lá deixar? Oh senhor Doutor,
204 nem morta, nem pense nisso”. Olhe, se ele calha-se de ser operado, que eu não soubesse, não
205 é. Se fosse operado,... tem acontecido a muitos infelizmente, eu tinha-me de aguentar que é o
206 remédio não é, mas, mas não tinha coragem de o levar para ficar no hospital, oh menina...

207 **E: Claro que não.**

P: Nem... eu acho, mas ele entendia e ele estava certo menina, porque ele entendia que o sofrimento dele era melhor ser operado. Ele disse-me assim: "Ele está muito bem tratado, podia ser que ele resistisse, que agora a medicina está mais avançada, e a senhora podia querer". E ele deu-me uma carta para levar ao São... São João, para uma consulta e eu... levei-o à consulta mas, eu *gredeci* [agradei] ao médico. O médico, o médico, mandou-me dizer pela enfermeira, pela S., sobrinha da minha cunhada, que eu tinha lá uma carta para mim, para ir lá buscar. E eu disse: "Oh S. podias-ma trazer, para eu lá *num* [não] ir?" O médico marcou-me uma consulta lá no, no Santo, no São João para eu ir lá com ele, àquela consulta, e eu fui, eu tinha dito que não, que não, mas obedeci para ver o que a médica dizia, não é? Também é operadora, era operadora, eu cheguei lá e ela disse-me assim, virou-se para o A. e disse-lhe assim: "então senhor A. bem o...bem animado para ser operado?". Diz ela, diz ele... ah, depois digo eu assim... diz (a médica): "Vem animado a ser operado?", e ele disse: "Oh senhora Doutora vai-me prometer que eu vou ficar bem?", e ela disse: "Eu não lhe prometo nada, só prometo-lhe a 'faca'". A médica disse-lhe aquilo como... 'a meter a faca ao peito', está a compreender?

E: Sim.

P: Como quem diz, já sabia de certo também porque, tinha mandado para lá marcar a consulta e tudo, mas de certo contou à médica o que se passava, não é? E ele disse: "Então não quero senhora Doutora, então não quero senhora Doutora". (A médica disse): "Eu só não lhe prometo nada, só lhe meto a faca. Porque depois, passado, passado... depois então ela... eu, eu, ela disse: "Só lhe meto a faca" então ele disse: "Então não quero senhora Doutora, então vou embora, não quero ser..." - "Pronto senhor A., o senhor é que sabe". E perguntou-me a mim, o que é que eu resolvia, digo eu: "oh senhor Doutor ele é que manda, se ele me disse-se assim: "eu quero ser operado, quer morra quer viva, *num* [não] é?" eu dizia assim: "tu é que sabes, estás no teu critério" não é? Porque eu... não era a minha responsabilidade, agora ir eu aceitar o meu marido a ser operado sem ele quer, e eu ir aceitar que ele fosse? Não, não. É (por) isso que estou tranquila dentro de mim, no meu coração, estou tranquila. No fim, agora no fim, ainda na ultima coisa, ela queria pô-lo em cuidados continuados e eu disse-lhe assim: "não, não ponho senhora Doutora, não, não quero, quero leva-lo embora. Que eu não quero ...". Quando agora no fim foi... coitadinho que ia morrer, e quando ele começou a apanhar aquilo, aquilo diz que apanha todos os músculos, está a compreender? Agora estou a mudar de uma coisa para a outra.

E: Não faz mal.

P: Não? É porque apanha-lhe os órgãos todos. Um médico até disse à minha sobrinha em França, que até a língua apanha. E foi verdade, o meu *home* [homem] antes três dias, tinha a línguinha dele, vermelha de tinta, vermelha, vermelha, mesmo... de sangue, vermelha assim. Ao outro dia, já tinha de cor de tijolo, assim a língua de cor de tijolo, ao terceiro dia tinha a línguinha metida toda na garganta, só se via assim a pontinha. Tinha assim a língua metidinha assim na garganta, e nessa noite faleceu (chora). E o médico disse, esse de frança, até a língua lhe apanhava, e apanhou. Apanhou todos os órgãos, aquilo apanha todos os órgãos, aquela doença. Os órgãos forma-se tudo, de certo uma pedra na barriga, *num* [não]... *num* [não]. Ele decerto tinha alguma coisa ruim... sei lá, a barriga dele era como um penedo.

E: Ai era...

P: Era... e ele tinha um corpinho de... seda! O corpinho do meu *home* [homem] parecia de seda, *porqui* [porque] todos os médicos *disse* [disseram] que eu era uma grande médica dele. Olhe que eu tenho lá uma valor, lá no hospital, porque os médicos viram ,que eu andei trinta e tal anos com ele e que nunca lá faltei.

255 **E: Ele... Ele esteve acamado, quantos anos? Quantos anos esteve acamado?**

256 P: Ele esteve acamado, quantos anos... começou a acamar há quatro anos, desde que caiu lá
257 naquela coisa... é que ele começou a acamar. Ele ia-se pondo acentadinho...

258 **E: Então a doença dele já é...**

259 P: A doença dele já é desde nascença, mas só aos 40 anos é que se manifesto. Aos 40 anos
260 manifestou-se mais, não é? Porque começou a idade ah... ele dizia-me assim: “ Oh M. eu
261 quando tiver 50 anos, não trabalho mais, que eu ando muito cansado”. Coitadinho (chora) e
262 andava, andava, *porqui* [porque] ele tinha a doença dele e sentia-se cansado, percebe? E dizia-
263 me assim mas, nem chegou aos 50 anos, foi aos 40, sabe? Mas ele dizia-me: “Eu quando tiver
264 50 anos, não vou poder trabalhar mais, que eu sinto-me muito cansado” coitadinho, e foi
265 assim. E eu fiz tudo, aquelas *dietinhas* [dietas], sempre aquelas dietas, era franguinho caseiro,
266 era vitelina, marmotinhas fresquinhas, tudo, tudo... Tudo que lhe dava, era coelho, muitos
267 anos comeu assim, aquela sopinha.

268 **E: Tinha de ser coisas muito leves.**

269 P: Muito leves, aquilo tudo... aí...

270 **E: Como foi essa fase da sua vida?**

271 P: Essa fase da minha vida aceitei-a bem, tinha aquele gosto. Eu mandava sempre comer (fala
272 novamente que tipo de comida dava). Nosso senhor deu-me tanta coisa boa! A minha sogra
273 dizia assim: “Ai o meu filho, o meu A. tem muita sorte, ele não arranjou uma mulher, arranjou
274 uma enfermeira” (risos) ela dizia às pessoas. E eu fiz de tudo, eu digo-lhe é isso que me põe...
275 me faz andar tranquila no mundo, porque eu ando tranquila, porque eu fiz tudo por ele e nada
276 me pesa. Dizer assim, ele pediu-me isto, ele pedia aquilo e eu não lhe dei. Eu... eu... mas ele
277 nunca me pedia nada, só pediu quando a doença começou a apertar, a morte a chegar,
278 quando ele me disse que lhe apetecia dois morangos. Até fiquei assim, oh sorte a minha, a
279 pedir-me morangos... às vezes comprava assim coisas e ele dizia: “Porque andas assim a gastar
280 dinheiro, andas sempre a coisas”. E eu assim, quando ele me pediu os morangos, eu estava ali
281 na minha banca da louça e ele estava na caminha: “Ai M. eu... apetecia-me... não tens
282 morangos?”. Ai meu ‘filhinho’ (marido) já te está apetecer coisas, pensei logo que ele estava
283 perto, da morte dele. Depois pediu melão, depois pediu melancia, aquelas coisas fresquinhas,
284 sabe. E eu assim digo, ai meu Deus, coitadinho, mas eu lá arranjei logo, não havia estas coisas
285 mas, apareceu logo tudo. Ele vai-me pedir o que eu não tenho, pensava eu para mim, mas fui
286 logo arranjar, liguei logo para... o senhor C. (vizinho) foi logo buscar a Felgueiras, e depois a C.
287 (vizinha) também trouxe a melancia, porque ele não pediu no mesmo dia... quando tinha a
288 *vendeira* [vendedeira] que estava aqui. E o melão estava no hospital, fui lá buscar *oh* [ao] ...

289 **E: Supermercado.**

290 P: À [Ao] Feira nova. E é assim, e é assim, e olhe, e quero eu dizer, lá com isso do hospital.
291 Então a doutora diz... então depois fui ao médico, passei lá, queria que fosse operado... mas,
292 quando depois começou assim a cair, que caía muito,... e eu, eu... quando ele começou a cair
293 (conta uma das quedas na cozinha, 09:00-09:45, 4ª gravação).

294 **E: Como é que era a vossa relação? Como vocês se davam?**

295 P: Dávamos bem, eu dava-me bem com ele porque eu aceitava tudo, filhinha! Eu aceitava tudo
296 o que o meu *home* [homem], eu aceitava tudo o que Deus me dava, eu nem sei como
297 aguentava estas coisas todas. Ele coitadinho era... eu só lhe ralhava às vezes por ele trabalhar,
298 “Oh A. *num* [não] faças, *num* [não] faças”, ele dizia que eu era chata. Mas, *graça de Adeus*
299 [graça de Deus] *dávamos* [dávamo-nos] bem, não era... não tínhamos assim... *dávamos*

[dávamo-nos] bem. É como o outro, é uma maneira de falar, todos nós temos as nossa coisas, nossas maneiras de dizer, olha isto não é bem, ou aquilo, ou assim sabe como é.

E: Sim, aquelas chatices pequeninas.

P: Mas nunca andei 5 minutos zangada com o meu *home* [homem], nunca na vida. (fala numa historia do padre, 10:36-12:08, 4ª gravação). Se fosse assim má para ele, agora tinha pena, tinha pena. Mas lhe digo menina, nenhum homem que eu conheça tem os carinhos que o meu *home* [homem] teve, que o meu A. nunca foi a um médico só, nunca foi a lado nenhum só, nunca, nunca, foi assim a um lado sozinho. Fosse fazer analise, fosse o que fosse, nunca na vida ia sozinho, mas desde início que me casei, sempre o acompanhei para todos... tudo, tudo, tudo. E é isso que eu digo assim... mas é isso que eu digo, que eu mais coisa é porque eu não sou pessoa de rancor nem e nem nada, e há mulheres que são, há *homes* [homens] que são, *num* [não] é? E eu não, e é por isso que dou muitas vezes graça de (a) Deus por isso, porque... eu... *frequentei* [enfrentei] a vida como Deus me a deu, não é?

E: Sim.

P: E eu também já pedi a Deus para, me dar saúde para poder olhar por quem não pudesse, e agradeço muito a Deus por me dar saudinha, até à hora da morte dele, porque ele... e... a vida não é fácil. Com 40 anos, não é nenhuma brincadeira, não é? Com uma doença assim, dietas, sempre dietas, e a gente ia a esses labradores por ai abaixo, ao frango, aos coelhos para comprar e quantas vezes me deitei à... deitava-me à meia e às três horas já estava a pé, às vezes só me encostava na cama para dormir um soninho para *morde* [para] trabalhar, que nada faltasse.

E: Trabalhava em quê?

P: Bordava, bordava na cama, sentada na cama, a bordar com a... ali... aqui era á luz, aqui já tinha luz na minha casa, mas quando morava lá no souto (não tinha luz). (Explica como tinha a luz candeiro, 01:10-01:38, 5ª gravação). E eu trabalhei assim, muitas noitinhas, assim na caminha de madrugada e à noite e trabalhava assim, e agora o povo ainda diz que está mal? Ainda está mal, com a coisa que a gente teve, e depois como lhe disse estava até as 11 horas do dia, no Souto, quando morava ali. E... até às 11 horas do dia, punha-me a pé da cama, punha a cama ao ar, as coisas a cozer, ia apanhar erva para o *toiro* [touro], enquanto as coisas coziavam, arrumava tudo, os meus terreiros todos e depois metia a sopa e comia. O A. (marido) andava a jornal (trabalhos diários), comia por lá, e eu muitas vezes (fazia o) comer outras vezes nem fazia e era assim, depois apanhei uma fraqueza. Que estive uns poucos de meses sem trabalhar, e depois já fiz sempre o comer.

E: (Risos).

P: Depois quando vim para a minha casa, comecei sempre a fazer o comer, sabe como a gente é para *morde* [para] fazer as coisas... quando ele andava a jornaleiro, nos princípios pronto, lá ia fazendo, às vezes comia por lá sabe como é, e... e... eu estava sozinha em casa. Depois quando viemos para aqui, ele começou a ir para a Ferfor e *teve* [esteve] lá, andou lá 18 anos, mas ganhava sempre e ordenados pequeninos que, andava a trabalhar... foi trabalhar mas *num* [não] tinha assim nenhuma arte, *num* [não] é? Depois foi para cortador de ferro e lá começou a trabalhar, trabalhou lá 18 anos.

E: M. como é que se sentiu após a perda do seu marido?

P: Como?

E: Como é que se sentiu após a perda do seu marido? O que é que acha...depois do seu marido falecer, o que é que acha que mudou na sua vida?

345 P: (Suspiro profundo) Acho que a minha vida mudou, tenho uma vida mais calma. Tenho uma
346 vida... não tenho uma vida agitada como tinha, *num* [não] é, porque toda a vida lutei pelo meu
347 marido fiz por tudo, pela minha vida. Para trabalhar eu porque, o dinheiro dele... se fosse, não
348 dava para a medicação dele nem para... porque a gente agora já sabia que não podia tomar
349 medicação, mas nos princípios nem sabia, *num* [não] é? E ele sempre tomou, sempre ia
350 tomando, quando estava mal, quando lhe deu a gripe, tomava o que calhava. Quando as
351 pessoas estão doentes, às vezes a gente não sabe o que era, nos princípios não sabia o que
352 era, ele... eles quando eram novos tiveram a febre, a febre tifoide, ah... febre.

353 **E: Sei.**

354 P: E teve o *tesoureilho* [tesorelho] e... tiveram para lá uma doencinhas e não se sabe se não
355 seria causado dessas doenças, *num* [não] é, porque se é de nascença já podia ser tudo, tudo
356 por causa do trabalho, deles terem um trabalho agitado, porque eles eram trabalhadores. E
357 sabe que eram trabalhadores, tinham de trabalhar, tinham de andar da perna para *morde*
358 [para] no fim do ano, dar aquela coisa ó senhorio.

359 **E: Sim.**

360 P: E... eles eram assim, trabalhavam muito, *num* [não é] e...

361 **E: Mas o que sentiu mais, o que é que mudou mais na sua vida, após o seu marido falecer?**

362 P: Após o meu marido falecer melhorou, melhorou, melhorei, melhorou de *num* [não] ter
363 tanta vida, tantos *encarregos* [encargos], *num* [não] é?

364 **E: Sim.**

365 P: *Num* [não] tinha *encarregos* [encargos], *num* [não] tinha... Agora sempre sou uma pessoa
366 mais livre, *num* [não] é? Porque até ai estava sempre preocupada com ele, estava sempre...
367 tinha tudo *num* [não] é? Tinha tudo, e agora *num* [não] tenho nada, mas sou mais livre, se tiver
368 de sair não tenho de pedir autorização a ninguém, e não tenho de dizer nada a ninguém, *num*
369 [não] é?

370 **E: Sim.**

371 P: Se dizer (disser) aos meus vizinhos, minha família, tem de saber, se estou ou *num* [não]
372 estou porque às vezes podem pensar que estou lá dentro e às vezes ter saído, *num* [não] é?

373 **E: Sim.**

374 P: E tem de se dizer, mas é isso que eu acho que me *coisou* [ajudou] mais, é dizer assim, é eu
375 agora estar mais... estou mais calma, que não tenho os *encarregos* [encargos] todos. Os
376 *encarregos* [encargos] que tinha, *num* [não] é, mas eu antes queria ter os *encarregos*
377 [encargos] e tê-lo, *num* [não] é. Se uma pessoa não visse, se ele não sofresse consoante sofria,
378 eu antes queria tê-lo do que ter, a... liberdade... que tinha.

379 **E: E com os seus amigos ...**

380 P: Eu ainda no verão, andava ali a estender a minha roupa e apanhar, estender uma e apanhar
381 outra, porque tinha dias que eu fazia a cama três vezes, *num* [não] é, e... alagava, anda sempre
382 a lavar, e era assim: “Olha ando aqui a passar as minhas férias, ando a fazer mais virtude do
383 que aqueles que vão de férias” eu assim. “Ando aqui a olhar por ele, oh o Nosso Senhor é meu
384 amigo, dá-me assim força para eu olhar por ele”, assim com este pensamentos assim, a pensar
385 assim e a falar sozinha! Falava assim sozinha. “Eu ando aqui assim a olhar pelo meu *home*
386 [homem], por ele, assim ando bem, faço mais virtudes do que aqueles que estão nas férias, em
387 praias, que estão todos contentes e eu ando a fazer tudo com muito amor e... nem destas

coisas me lembrava, nem tinha desejos, nem tinha, nem tenho. Ai há muitas pessoas que dizem: “Ai você podia ir aqui, podia ir acolá, eu o que é que vou fazer, o que é que eu vou fazer?”. Ainda agora queriam que eu fosse a uma excursão para o lado da Vila da Feira, não sei para *donde* [onde], a um Santo qualquer, “Ah eu não quero ir”, não gosto de andar... Ainda se é no verão, a gente ainda veste uma roupinha fresquinha e assim, agora cá com muita roupa por lá, o que vou para lá fazer ao frio, oh tá bonita! Este povo quer dinheiro, os das *camionetes* [autocarros], porque eles querem é que o povo vá, andam sempre a encantar as pessoas, *num* [não] é?

E: (Risos) para ir...

P: Para as pessoas ir, digo eu: “eu não quero ir!”

E: É para saírem também...

P: Vai a minha cunhada, ah, *ele* [ela]...

E: Sente que também houve uma mudança por exemplo de papeis ah... o seu marido estava mais encarregado numas tarefas e a M. de outras. Notou essa diferença que depois teve que começar a gerir as coisas sozinha.

P: A tarefa sempre fui eu que a tive menina, eu até da minha vida, da minha casa e tudo fui eu que a resolvi sempre. Porque o meu *home* [homem] não queria nada, tinha tudo sempre e quando queria as coisas precisava e pedia-me: “Quero isto, quero aquilo” – “Queres? Eu até me admira *queres* [quereres]”, às vezes eu dizia-lhe assim. “Queres? Tu dizes que não precisas de nada”, às vezes dizia-lhe assim (risos). Dizia: “*Atão* [então] não precisas de nada, e eu hei de ter o que tu queres para te dar?” – (ele dizia): “Eu bem sei que tu que tens, eu bem sei que tens” – “Sabes porque eu comprei, se não tinha” (dizia a D.^a M), não é. Roupa e tudo, nunca precisava de roupa, *tadinho* [coitado], olhe sabe era aquela coisa, *deinha* [ideia] dele. Quando me casei, prometeu-me de ir ao São Gens, a mim, e à minha cunhada M. e à minha cunhada R., que era uma prima dele e a *oitra* [outra] era irmã. E ele chegou ao dia e foi *masé* [ao inves disso] tirar saibro das pipas e... e não foi ao São Gens. À Penha igual, foi igual, foi na mesma... estava a trabalhar e *num* [não] quis ir. No ano que nos *casemos* [casámos], a (festa na) Penha foi em setembro. nós *casemos* [casámos] em julho e o São Gens foi em setembro, nos princípios de setembro.

E: O que é que a M. faz ou fez para superar o luto?

P: *Pra* [para] como?

E: Como é que a M. faz para superar... o luto não, essa dor que sentiu ou sente. Como é que faz para ultrapassar isso?

P: Faço, faço, olhe menina a gente faz *pa* [para]... lutar, para viver, faz por viver, faz por... sei lá. Eu tenho *marés* [alturas, épocas] que pego numa blusa de cor, outra vez numa preta, outra vez pego numa de cor e as vezes ando assim, ando assim. Ando e... mas estou... eu sempre disse, ele dizia que *num* [não] queria. E eu também andei 4 anos de luto quando faleceu os meus familiares, os meus pais, mais aqui os meus sogros, e eu prometi a mim mesma, *num* [não] é. Prometi a mim mesmo, prometi a Deus e a mim mesmo que não ia, nunca na vida sair pela porta fora só de luto fechado, porque eu paguei por viúva e mais ele, e disse-me assim um senhor: “A menina não comeu? Nem...” (perguntou à entrevistadora se não comia o lanche).

E: Não...

P: E disse-me assim “Oh minha senhora”, um motorista das *camionetes* [autocarros], na garagem no Porto, “A senhora não é viúva?”, ia eu mais o A. (marido), digo eu: “Eu não, Graças

a Deus eu não, está aqui o meu marido, porque?”, eu assim, o *home* [homem]... via-me muitas vezes *num* [não] é? Porque eu ia muitas vezes lá *oh* [ao] Santo António, e ia... Às vezes ia às consultas dele outras vezes ia a qualquer coisa, depois ia levar o meu trabalho e tudo, *num* [não] é? E ele conhecia-nos (há) muitos anos, mas nunca até tinha falado com ele. E ele, ah vira-se assim para mim: “A senhora não é viúva?”.

E: Mas a D.^a M. como faz para superar essa dor? Às vezes tenta sair de casa...como é que faz?

P: Tento sair de casa, às vezes estou aqui em casa de dia, agoniada, digo eu assim “deixa-me ir dar uma volta, deixa-me ir andar”... para *morde espalhar* [para distrair].

E: E costuma participar assim em atividades da freguesia? Como é que...

P: Atividades como?

E: Às vezes não costuma ir por exemplo às festas de São Pedro...

P: Não.

E: Não? E na igreja?

P: Na igreja sou cantora, sou cantora na igreja e continuei a ir, porque eu, elas quando eu... o meu A. (marido) me faltou, só ia à missa, depois as minhas sobrinhas, cachopas [crianças] foram-me buscar e levaram-me para cima, para o meu sítio. Eu ia a entrar para igreja e elas estavam lá e disseram: “Venha cá *com nós* [connosco], oh M. venha com nós [connosco], você vai para o seu sítio” e fui lá para o meu sítio, e eu aceitei. *Num* [não] queria ir mas *veu* [veio] um rapaz assim muito sério: “Vai, vai, então não há de ir...” e fui... e... e eu disse ao F., o que toca o órgão e eu disse-lhe, eu, eu, pronto fiz-lhe a vontade, mas fui a chorar, chorar e chorei e chorava. Chorava e chorei e choro muitas vezes, canto e choro, e é assim, mas...

E: Quando lhe acontece mais isso?

P: Mas eu prometi assim a mim mesma, eu vou porque ele nunca mês estorvou de eu ir *num* [não] é. Se estava doente e tudo, se estava bem disposto ou *num* [não] estava (perguntava?) se podia ir? Dizia ele: “Vai, vai que eu estou bem, tu gostas vai, tu vai” e eu ia e os ensaios eram à noite... quando ele estava melhor *num* [não] é, estava consciente, e eu ia. Depois há uns poucos de anos não ia e... *pra* [para] a igreja ia na mesma, ao domingo, ia na mesma para lá, mas agora ensaiar *num* [não] ia porque estava sozinha. *Prai* [para ai] há 4 anos que *num* [não] ia nem para os ensaios para Aparecida, e costumo ir, porque quando são festas, pela Páscoa, pelo Natal, as festas de Aparecida, as festas grandes, junta as 3 freguesias os cantores todos, e queria que eu fosse, mas eu... “Senhor padre eu não posso porque eu...” e a gente fazia o melhor que podia enquanto pude, quando não pude... agora, então agora é que comecei a ir e pensei assim, “Se eu, se Deus me deu o meu *home* [homem] eu fui sempre, há tantos anos, agora ele faltou-me, se eu visse tantas como”... mas pronto. O pior é agora, estas coisas, (são coisas) boas, também vou aguentar fazer os impossíveis. São coisas de Deus, não são coisas de borgas, são coisas de Deus, vou aguentar, e vou ver. Vou... como eu quero dizer, que era uma coisa que eu gostava, também tenho de fazer aquilo que gostava *num* [não] é? Aquelas coisas de Deus, digo eu: “Vou encarar a vida como Deus me dá, e vou aceitar”. Vou... pronto, com grande... há uma, o povo gostar de ‘dar com a língua nos dentes’, porque é assim o povo gosta de falar *num* [não] é. O povo... por uns posso ser ignorada, mas por outras sou elogiada, *num* [não] é? *Num* [não] é?

E: Sim.

P: Alguns ignoradas, porque estas *parolitas* [pessoas sem estilo], estas pessoas mais atrasadas são mais, são sempre assim, mais para picar *num* [não] é. Mas eu tenho a minha consciência

livre e sou eu que mando, ninguém manda em mim e ninguém tem nada a ver comido (comigo), porque se eu disse-se assim: “Vou fazer uma coisa mal feita” mas eu não vou, é as coisas de Deus. Vou para lá tanto canto, como choro e... e pronto para *morde* [para] ajudar a viver, *num* [não] é? Porque vasta conviver com eles, com... ainda agora sábado, sábado às 8 (horas) há um convívio lá, e eu não quero ir, e já me disseram muitas vezes: “Ai não, vai *com nós* [connosco], vai *com nós* [connosco], vai, vai, M. Você vai”. Digo eu: “eu não vou nada, eu *num* [não] vou ” porque é de noite e agora aborrece-me. Se fosse ao meio dia até ia, e ia toda contente mas agora assim de noite não me apetece sair de casa “Ai tem o seu sobrinho”, o seu vizinho.

E: Sei.

P: Também vai... e, e o Z., o filho. A Z. (vizinha) também vai... está na Lixa a morar e também (vem) aqui cantar, está a morar na Lixa e continua a vir! E agente pronto, faço assim, faço pelo melhor, por fazer por viver da melhor maneira que eu possa, *num* [não] é? Olhe... eu nem tenho palavras para dizer, sabe como é menina. Fala e... a gente parece que fica assim meia embaralhada (baralhada) porque... não é o dizer, o que sente é outra coisa, está a compreender? A gente fala, mas o que sente é outra coisa, a gente sente uma dor tão grande, tão grande porque... fui sempre muito dedicada a ele (chora). *Num* [não] tinha filhos *num* [não] é, *num* [não] tinha filhos. Depois um dia a minha sogra disse-me assim: “Oh M. olha que os homens não gostam muito de nabiças”, sabe porquê? Ela não queria dizer *num* [não] gostam, ela *num* [não] gostava, não havia de fazer assim tantas meiguices, tantas coisas, porque os homens são como os gatos, se vir um rabo eles arrebitam!

E: (Risos).

P: Ela disse-me assim, e era minha sogra! Era minha sogra, era a pôr-me... a pôr-me fina. A pôr-me para eu não ser tão... não me rebaixar tanto, mas eu (disse) assim: “Não faz mal, não me interessa, não me importa”. Mas eu sempre fui muito coisa para ele, muito muito coisa, fui sempre muito carinhosa para ele e *pa* [para] todo o mundo, que eu gosto de ser carinhosa, se reparar. Fui sempre com a dor de todos, às vezes o meu cunhado estava a dormir ao frio: “Oh M. *bota* [deita] um cobertor por cima, *bota* [deite] um cobertor por cima do J. se não constipasse”, estou sempre assim! E *cu* [com] o meu (marido) era na mesma, era igual. Estava sempre preocupada, sempre preocupada.

E: Como é que a M. faz para...como é que faz viver o seu dia-a-dia? Como é que procura fazer?

P: Eu não procuro fazer. Olhe faço... sabe como é, a gente lá vai andando um bocado, depois vou fazendo a minha vida, como posso. Já caí debaixo desta minha varanda e fiquei com a minha coluna, com a coluna toda estalada, *num* [não] é, das costas. O meu médico disse que, *num* [não] posso fazer esforço nenhum, nem vergar posso. Eu *dantes* [antes] vergava assim, em cima de uma mesa, mas agora *num* [não] posso. Abocado estava alagar aquilo do *Kispo*, e estava aqui *lixada* [tramada], digo eu assim: “Quem me dera”... estava aqui mortinha por acabar, porque eu estava aqui *lixada* [tramada] das minhas costas. Há posições, que eu não posso estar, posições que eu *num* [não] posso estar, porque ele ficou admirado, o médico. Porque quando ele me viu... foi o Doutor. F.! E eu na primeira vez, quando fui à médica, à Doutor.³ L., mas ela não estava a consultar, estava doente e disse-me que... Oh menina coma mais um pouco de pão-de-ló (refere-se à entrevistadora). E ele então, ele disse-me assim “Ohh” e disse-lhe assim: “Está doente senhor Doutor?” – “Está doente a senhora! A senhora é que está doente, a senhora deu alguma queda?” – “Eu dei sim, senhor doutor”. E o médico, que me fez o exame *tamém* [também], de Amarante, também fez assim coisa... porque caí daqui a baixo. Parti este braço, fiz um golpe na cabeça, nas costas, eu fiquei... Depois fui levada

523 ao hospital e disse: “Oh senhor Doutor”-no hospital de Penafiel- “Olhe o tombo que foi!”
524 Demos graças a Deus, e ele (disse): “É mesmo assim que as pessoas... tem assim esperança, é
525 assim mesmo!” gostou.

526 **E: Claro... essas palavras.**

527 P: Gostou... essas palavras. *Malhar* [cair] assim, *num* [não]é. Eu ia a falar com o meu cunhado
528 assim, na varanda, ia a falar com ele às traseiras (andar para trás), às traseiras e “pam” malho
529 (caio) em baixo.

530 **E: Fogo... Como é que é o seu dia-a-dia?**

531 P: O meu dia olhe, sabe como é, estou na cama até às 9 horas, de manhã gosto de me por a pé
532 cedo. No verão, ponho-me sempre a pé cedo de manhã, mas no inverno estou na cama,
533 porque também não venho fazer nada *pa* [para] o frio, tomar-me do frio, a constipar-me ou a
534 gastar gás ou luz, *atão* [então] prefiro estar na cama. Depois ponho-me a pé, *atimo* [arrumo] e
535 vou para o quintal, ou vou lavar alguma roupa, ou meter na máquina, ou agora lavo muitas
536 vezes lá dentro, na aguinha morna, e depois apanho a roupa, assim coisas...

537 **E: Faz a sua comida não é?**

538 P: Faço a minha comida! E depois no fim, vou ali ajudar a (minha cunhada a) olhar por ela (por
539 uma senhora). Vou ali à minha cunhada olhar, depois de tarde vou dar uma *passeito* [passeio].
540 E é assim e ela... e vou fazendo assim estas coisitas, e pronto não bordo. Já não bordo, mas eu
541 bordava! Já *num* [não] bordo, por isso faço o que posso, consoante o que calha. Muitas vezes
542 ando aqui, faço as minhas coisas mas tenho de... o diário faço eu, quando é para arrumar,
543 assim a fundo, chamo uma mulher para me ajudar, porque eu *num* [não] posso pegar, (em)
544 *num* [nenhum] peso, mudar coisa, pegar em *coisa* [coisas], isso já não consigo.

545 **E: E costuma ver televisão, rádio...**

546 P: Não vejo nada! Rádio.

547 **E: Rádio.**

548 P: Gosto de ouvir o rádio, às vezes de manhã, um bocadinho, são coisas boas... mas às vezes
549 cansa, apago (o rádio).

550 **E: Cansa?**

551 P: Apago.

552 **E: Mas costuma ter assim companhia? Costuma estar mais a sua vizinha, não é?**

553 P: É estou mais na L., estou na L. (vizinha). Estou em casa, estou aqui em minha casa, eu paro
554 aqui pouco, aqui em casa.

555 **E: É?**

556 P: Não paro um dia em casa, *num* [não] estou assim. Se tiver de ir a qualquer lado, ver pessoas
557 doentes, ver uma pessoa doente ver... E é assim, vou ver assim umas pessoas doentes, vou e
558 passo assim (o dia). Vou até ao meu sobrinho, que a minha cunhada tem sobrinhos
559 pequeninos e também estou lá um bocadinho, e é assim.

560 **E: É assim que se entretém.**

561 P: E é assim que vou passando o tempo.

562 **E: E que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu quando o seu marido faleceu?**

563 P: Olhe eu recebi muitos apoios bons, muitas pessoas, foram todas muito impecáveis comigo...
564 os meus vizinhos que me chamavam para ir lá almoçar, não podiam ver que eu fizesse comer
565 em casa, nem nada. Para não comer sozinha, para não estar sozinha, e realmente custou-me
566 comer assim sozinha.

567 **E: Os primeiros tempos.**

568 P: Sim os primeiros tempos, mas a gente tem de se habituar. Depois eles queriam que eu
569 fosse, e eu dizia assim: “Ai nem pensar”, na primeira semana, segunda, terceira ainda fui mas
570 depois, digo eu assim: “Eu tenho a minha vida, não vou estar sempre a comer na casa das
571 pessoas”. Mas era engraçado, vinha uma, vinha outra e quando uma... “Hoje não vai comer
572 M.? se não vem comer a minha casa” ah... se eu já tivesse alguma coisa previsto *num* [não] ia,
573 se não ia a casa deste, ia a casa daquela. A minha cunhada também foi muito minha amiga, à
574 noite trazia sempre sopa, a sopa. Sempre, sempre.

575 **E: Teve muita ajuda da família e amigos.**

576 P: Muito apoio, *graça de Adeus* [graças a Deus], *graça de Adeus* [graças a Deus], todos os
577 meus, todas as pessoas são minhas amigas. Olhe não tenho nada que dizer, nem nunca tive
578 nada que dizer dos médicos, há pessoas que tem que dizer dos médicos todos, mas eu digo-
579 lhe, os doutores sempre foram impecáveis para o meu *home* [homem], de todas as coisas que
580 precisava, e para mim! Eu... eu também tenho educação, vou a um hospital, e não me vou
581 meter a frente dos outros, nem vou, nem vou estar a insultar os médicos, como eu vejo lá
582 muitas pessoas a serem *malcriadonas* [mal educadas]. Há pessoas muito *mal criadas* [mal
583 educadas], muito *mal criadas* [mal educadas], são atrevidas porque querem ir, porque pensam
584 que vão á frente das outras pessoas, não pode ser! Nós todos somos seres humanos *num* [não]
585 é?

586 **E: Temos o nosso lugar.**

587 P: Temos o nosso lugar, cada um na sua vez, e mais que agora é tudo por computadores, *num*
588 [não] é?

589 **E: É.**

590 P: E as pessoas não compreendem, há pessoas que não compreendem. Há pessoas que têm
591 uma mentalidade, *num* [não] tem... e mais, sabem ler sabem tudo, mas não tem cultura de
592 cabeça *num* [não] é? Porque nós temos *que ter* [de ter], ... ler é bom, saber as coisas, porque o
593 saber *num* [não] se discute, mas, mas também é bom ter pensamento, isto é torto é torto, isto
594 é direito é direito, *num* [não] é? Temos que pensar assim...

595 **E: Sim.**

596 P: Mas eu sempre tive assim uns pensamentos, uns pensamentos para coisas boas. Nunca
597 quero guerras, nunca quero coisas... *num* [não] gosto de ver as pessoas andar a insistir, a
598 insistir uns aos outros. *Porqui* [porque] é mau! Porque às vezes há guerras, há coisas,
599 confusões...

600 **E: Pois se fossemos mais positivistas.**

601 P: É mais positiva, positiva é mais bonito. Ser, ser as pessoas compreensivas *num* [não] é?

602 **E: Com a morte do seu marido a M. acha que alterou alguma coisa na sua saúde?**

603 P: (Suspiro profundo) alterou a minha na saúde para melhor *num* [não] é? Eu sempre descanso
604 mais, descanso, tenho de dizer o que é verdade.

605 **E: Sim.**

606 P: Já descanso mais, porque eu quando... passei muitos anos, que *num* [não] tinha uma noite
607 de sossego, não tinha sossego *porqui* [porque] ele estava doentinho, passava ali a noite, em
608 claro. Eu *num* [não] desejo... hei Senhor, nem é bom falar nisto.

609 **E: Pronto, deixe estar, deixe estar.**

610 P: A vida dele... Deus me livre o sofrimento do meu *home* [homem]. Bem dizia o médico,
611 Doutor L. O Doutor L. G. dizia que era melhor morrer, que sofrer e é verdade. Bem dizia, o
612 sofrimento que não íamos aguentar, e assim foi, e assim foi, o que ele dizia foi verdade.
613 Porque ele bem sabia o que eu ia sofrer, que *num* [não] ia aguentar, porque ele não se mexia...
614 Sabe o que é uma estátua, assim tão branquinho, tão branquinho. Os médicos disseram que
615 estava sem sangue, lá no hospital... e ele que havia de morrer... nem, nem sei explicar.

616 **E: E a nível económico, mudou alguma coisa na sua vida? Sentiu que a nível económico**
617 **mudou alguma coisa na sua vida.**

618 P: Económico, mas dinheiro?

619 **E: Sim.**

620 P: Mudou, mudou, *porqui* [porque] sabe como é. Já se sabe que faz sempre falta aquela coisa
621 dele. *Porqui* [porque] eu tinha uma *reforminha* [reforma] dele, mas agora também não tenho
622 despesas com ele, *num* [não] é?

623 **E: Sim.**

624 P: Eu agora não tenho despesas, tantas despesas. A gente, para mim... a gente... Olhe para ele
625 chegou tudo, eu para mim, eu para ele, *graças de Adeus* (graça de Deus), é isso que dou *graça*
626 *de adeus* (graças a Deus). Que a coisa que menos gostava, era eu querer dar uma coisa e não
627 ter, mas eu enquanto tive o meu *home* [homem], tudo me chegou, chegou para fazer a
628 sepultura dele. Agora vamos ver, se Deus me dará o amanhã, eu com um bocadinho, eu com
629 pouco, também me contento, *num* [não] é.

630 **E: Até agora tem dado não é?**

631 P: É, até agora tem dado. Agora eu espero para ver, há de ser o que Deus quiser. Tenho a
632 minha casinha, se não pudesse era *doutra* [de outra] maneira. Eu tenho a minha reforma, se
633 Deus me der *saudinha* [saúde], eu vou-me governando com a minha reforma. Dinheiro eu não
634 tenho, não vou dizer que tenho, porque eu gastei muito dinheiro, muito dinheiro com o meu
635 *home* [homem], muitos contos, muitos milhares de contos, e podia-o ter, mas *num* [não]
636 tenho, mas tive a ele estes aninhos todos. Era como dizia o médico, nunca pensávamos que ia
637 durar tantos anos, mas como estava bem tratado, que aguentou, e eu digo-lhe estive casada
638 54 anos.

639 **E: 54.**

640 P: E mais casei tinha 25, eu tive casada 55 anos por isso, por isso, ele... ainda o tive, era um
641 homem doente desde nascença, mas ainda durou até 81 ano, ainda o tive até 81 aninho.
642 Porque? Porque eu tive com ele, fiz tudo por ele... e fiz tudo por ele. E é isto que me alegra, é
643 isto que me põe mais coisa para eu andar aqui no mundo, é isto. *Porqui* [porque] quando as
644 pessoas dizem: “Ai eu não quero viver, aí eu quero ir para *pé* [junto] do meu *home* [homem]”
645 é isso que eu digo, que não digo isso. Porque, nunca fui, nunca fui, nunca fui... não vou dizer,
646 porque eu sempre tive uma vida amargurada. Assim uma vida de trabalho de preocupação
647 com ele, sempre, sempre para trabalhar para ganhar... sempre pedi a Deus para num... para
648 andar assim, com uma carinha limpinha. Assim, para cada lado que vá *num* [não] tenho
649 ninguém a dizer “Oh minha caloteira, se me pagasses o que me deves” *num* [não] é?

650 **E: Sim.**

651 P: É muito bom isso menina, de consciência livre, e eu, eu faço assim. É isto que me resta, num
652 [não] tenho disto assim, outras, outras coisas a pesar-me. Assim, coisas a pesar-me em cima de
653 mim, *num* [não] tenho, *num* [não] tenho. *Num* [não] tenho, e dou muitas vezes graça *de Adeus*
654 (graça de Deus) por isso, porque podia ter... ele estar doente e eu não *pode* (podesse). Mas
655 Deus, ainda me deu *saudinha* [saúde] para olhar por ele, foi muito bom...

656 **E: o que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois, do seu marido ter partido? O que é**
657 **que...**

658 P: O que mais gosto de fazer? *Num* [não] gosto de fazer (risos).

659 **E: Aí não acredito (risos). Gosta de fazer alguma coisa...**

660 P: Gosto, gosto de falar, para ter algum alívio, ter alguém que me *escuite* (escute), e gosto de
661 fazer a minha vidinha de casa. *Num* [não] é, ter as minhas coisinhas mais ou menos arrumadas,
662 arrumadas...

663 **E: Há sua maneira...**

664 P: Há minha maneira, mas, *num* [não] é como era *dantes* [antes], assim tão coisa, tao... como
665 eu hei de dizer, já não tenho aquela... aquela... possa, aquela força de vontade, *num* [não] é. Já
666 não há aquela força de vontade, aquele gosto, *num* [não] é? Já não há aquele gosto de viver,
667 como eu tinha, a minha casa, já não tenho o mesmo gosto nela como e tinha, nem nada.
668 Enquanto tinha o meu *home* [homem] tinha tudo. Tinha o meu *home* [homem], não era de
669 dizer assim, faz-me falta por isto ou por aquilo, faz-me falta a companhia, pelo amor que eu
670 tinha, *num* [não] é? E eu até lhe digo, que o meu *home* [homem] não era carinhoso, eu é que
671 era. Eu é que fazia tudo, ele estava zangado ou assim... , eu ia logo ameiga-lo, fazia-lhe assim
672 uma graça, começava na brincadeira, na brincadeira para ele *num* [não] estar nervoso. Mas ele
673 nunca foi, foi como eu abocado disse... Eu às vezes dizia “Oh A., olha uma coisa” e ele era:
674 “*Chim, chim, chim.*” – “É ainda te vão por o nome de chim do Souto”, às vezes dizia-lhe assim
675 (risos).

676 **E: (Risos) estava sempre *chim, chim*.**

677 P: Era sempre com o chim, chim. *Digo* [Dizia]eu: ainda te vão por o chim, chim do Souto.

678 **E: (Risos).**

679 P: E ele... às vezes dizia-lhe assim. Dizia assim uma coisas.

680 **E: A brincar.**

681 P: A brincar, também ia-lhe dizer, dizer sempre que não, sempre que não. Dizia *chim, chim,*
682 *chim*, como quem diz vai-te *quilhar*,(?) vais ter sorte, *num* [não] é? Mas é como eu lhe digo... às
683 vezes dizia-lhe muito assim. E eu é que era assim tola, porque eu não tinha obrigação de nada,
684 mas eu gosto de ser humilde, não é. Porque não tinha obrigação, mas eu gostava de tomar um
685 passeio com ele...coisa, *num* [não] é. Temos de conversar, e ele não aceitava, *num* [não] é. É
686 isso que eu achava ele ser bem coisa... e muitas das vezes, como eu quero dizer...

687 **E: Não compreendia tanto não é?**

688 P: Mas olhe, fazia eu. Mas eu lá fazia!

689 **E: Não ligava não é?**

690 P: Não, porque eu fiz a minha casa, fiz tudo, sempre foi tudo feito por mim, foi tudo feito pelo
691 meu critério. E agora é que não tinha... ele às vezes dizia que era boa para engenheira, ele as
692 vezes dizia (risos).

693 **E: (Risos).**

694 P: Dizia, dizia. Dizia que era boa para engenheira (risos). Às vezes dizia, que ia a isto e aquilo: “É
695 tu eras boa para engenheira”...

696 **E: E o que é que a M. menos gosta de fazer?**

697 P: Sei lá, gosto de fazer tudo. Gosto de ajudar os outros, gosto de fazer... olhe que nunca disse
698 á minha patroa que não trabalhava, ou que não sabia fazer isso. Ela às vezes dizia, tens aqui
699 esta... e eu sempre dizia *tá bem* [está bem] *tá bem* [está bem]. Há aí pessoas que dizem, ai eu
700 não gosto de fazer isto, de fazer aquilo. Um bom trabalhador deve ter tudo.

701 **E: Sim, mas após a morte do seu marido existe alguma coisa que tenha de fazer e não gosta?**

702 P: Às vezes, *num* [não] me apetece fazer muito. Eu às vezes não é de fazer muito, é de não
703 gostar, não tenho aquele espírito, aquela força, aquele, não sei como explicar... aquele gosto
704 de fazer. Aquele gosto assim, e *támem* [também] sabe que estas coisas todas também tiram a
705 fraqueza, também tiram a memória à gente. Tiram todos os gostos e tudo.

706 **E: Notou alguma alteração na sua memória?**

707 P: Sim, sim notei. Agora sinto-me melhor, já estou melhor nisso, mas demora tempo a compor,
708 a calmar... aceitar... aceitar. A gente aceitar aceita, que sabe que tem de aceitar, e temos de
709 aceitar, *num* [não] é. Assim a disposição, a gente nunca mais teve disposição...

710 **E: Aquele animo.**

711 P: A gente parece que já não tem aquela... A gente mete-se na cama, sempre aquela coisa,
712 parece que estão numa escuridão, *num* [não] é. A casa parece escura, abro as janelas e
713 precianas. Mas já tive noites assim, que tive de abrir a janela para sair da escuridão.

714 **E: Sim. Ah... senhora M. muito obrigada por partilhar estes assuntos delicados comigo e**
715 **chegamos ao fim da nossa conversa.**

716 P: *Tá bem* [está bem].

717 **E: Que eu quero-lhe agradecer por ter disponibilizado este seu tempo.**

718 P: Este bocadinho, *num* [não] é?

719 **E: Ah... que será importante ter colaborado neste meu trabalho.**

720 P: Oxalá que tudo te corra bem, e que sirva de...

ID3

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: Senhor B., neste momento sente-se em luto?**

2 P: Sempre. Sinto-me sempre luto, enquanto for vivo (fala emocionado), não tenho e hipótese
3 de viver nesta escuridão, que em fim, que... Foi a coisa melhor que eu tinha na vida, que era a
4 minha esposa, levaram-ma. Já perdi... não tenho mais nada para perder, perdi a minha esposa,
5 perdi os meus pais, perdi um filho, perdi um irmão... não tenho mais nada para perder, só me
6 resta a mim. Quando Deus me quiser levar, também pode fazer, eu aceito com toda a
7 naturalidade, mesmo amanhã que fosse, não me deixa pena nenhuma.

8 **E: Aceita a sua morte ou a morte da sua esposa?**

9 P: A minha a minha, a minha. Da minha esposa, que remédio, não tenho outra solução se não
10 aceitar, não é? Porque foi um caso, já foi, já aconteceu, *num* [não], *num* [não] há nada que se
11 possa fazer. Agora, evidentemente que a morte da minha esposa deixou-me muito abalado,
12 muito (chora). E já vai... em 4 anos, e não sei, *num* [não], *num* [não], não sei, não compreendo
13 como é, que eu não aceito esta, esta situação. Porque sabemos que, toda a gente morre,
14 ninguém cá fica, *num* [não] é? Mas, a perda da minha mulher foi assim uma morte tão
15 estúpida, tão estúpida, que a verdade é uma, custa-me a compreender porque... Eu quase
16 podia dizer, que *num* [não] foi, *num* [não] foi a morte... a doença em si, que ela tinha, que a
17 matou, *num* [não] é? Eu para mim, foi o hospital, o hospital foi o... o principal causador da
18 morte dela, porque lhe *ofenderam* [afetaram] o pâncreas, uma coisa que ninguém lhe pode
19 mexer, não é?

20 **E: E que doença ela tinha?**

21 P: A minha esposa era..., tinha um cancro no estômago, mas era... aquilo estava numa fase
22 mesmo de começo, não é? Segundo diziam os médicos, disseram que aquilo estava... que era
23 uma coisa muito insignificante, e que ficava tudo muito bem, e entretanto é operada e...

24 **E: E foi operada?**

25 P: Foi operada no hospital de Penafiel ao estômago, eu fui no dia que ela foi operada. Nesse
26 mesmo dia, fui estar com a médica que a operou, onde ela me disse, que ficou tudo muito
27 bem, estava tudo limpinho, não havia problema nenhum. Estava... que *tava* [estava] tudo bem,
28 quando passado meia dúzia de dias, tive que a levar a correr para o hospital, que ela estava
29 muito mal, em que depois me disseram, que lhe foi ofendido o pâncreas.

30 **E: Ah, na operação?**

31 P: Na operação, e depois a Doutora, mais tarde, a Doutora que estava, que não vale apenas
32 dizer o nome, que estava....

33 **E: Que estava a tomar conta do caso dela.**

34 P: Que estava a tomar conta do caso dela, acabou de me dizer: "Olhe Senhor B., a sua esposa
35 teve muita sorte, porque lhe foi ofendido o pâncreas, e 99% destas pessoas morrem". Não é
36 menos verdade, que ela estava nas 99%, porque também morreu, e foi isso que praticamente
37 que a matou, *num* [não] é? Porque ela mais tarde veio, mais tarde *teve* [esteve] lá desde
38 junho, pela segunda (vez) esteve lá meia dúzia de dias, um bocado quando foi operada. Depois
39 veio, e foi para lá passado meia dúzia de dias, e esteve desde junho até agosto no hospital
40 internada. *Donde* [de onde] veio e pronto, e depois esteve desde agosto até março do ano
41 seguinte, de agosto de 2010 a março de 2011..., onde depois lhe deu um AVC. Depois esteve

em Felgueiras, essa coisa toda, mas o AVC não foi o que a matou, *num* [não] é? O AVC não foi que a matou! Quem a matou foi precisamente o problema... não lhe vou dizer que depois, também... a doença dela contribui-se para a morte dela, sim. O que julgo é que, se realmente (não) lhe é [fosse] ofendido o pâncreas, a minha mulher ainda hoje poderia ser viva, não é? E morreu! E por isso, deixou-me um bocado, muito, muito abalado, muito abalado! E não sei, há pessoas que aceitam estas situações com... com... com naturalidade, mas, eu sou muito diferente das outras pessoas, não percebo, *num* [não] é (fala emocionado)? E... E felizmente ainda tenho aqui a minha filha, que está comigo, não é? Porque se não, ainda mais doloroso seria, *num* [não]? A solidão é muito triste, *num* [não] é? Pronto e é esta a situação, *num* [não] é?

E: Senhor B. gostaria que me fala-se um pouco a cerca de si, da sua vida das suas origens.

P: A minha vida..., a minha vida, *foi* [fui] sempre um indivíduo que trabalhei, não é? Eu nos meus princípios, os meus pais tentaram ajudar-me muito, *num* [não]... e ajudaram. Durante a vida deles, sempre me ajudaram, nunca me... sempre me apoiaram (chora). E foi... e foram uns ótimos pais para mim, eu entretanto, depois andei no curso de enfermagem, mas também pronto, uma pessoa era nova.

E: Ai andou? Não sabia.

P: Eu andei no curso de enfermagem, ainda... eu andei a estagiar ainda no hospital de São João. Depois entretanto, também aquilo não correu bem, e vim, e comecei a trabalhar de eletricista, entretanto fiz o meu tempo de tropa, *num* [não] é? Namorava para a minha esposa, a minha esposa... Namorei para ela desde os 14 anos até aos 21, na data em que casei com ela, eu tinha 24 (anos), ela tinha 21 (anos), (a) minha esposa fazia diferença de 3 anos de mim. Casei pronto, depois fiquei a viver em casa dos meus pais 12 anos. Vivi com os meus pais, sempre com uma relação muito boa, sempre. Sempre me dei bem com os meus pais, tanto eu como a minha esposa... depois fiz a minha casa, e vim para aqui, pronto, continuei eu a trabalhar. Tinha o meu... tinha uma esposa excelente, que a minha mulher... se havia pessoas boas, era ela (chora). A minha mulher... eu sempre (desde que) casei e a minha mulher, eu ia... saia ao sábado, se for preciso o [ao] meio-dia ia para a caça, e aparecia no domingo de madrugada. Eu mesmo, no domingo de madrugada que chegava... a minha mulher... eu nunca fui para a caça *quela* [que ela], mesmo de madrugada que fosse, ela que não se pôs-se a pé para me dar qualquer coisa. Eu nunca vim da caça, de madrugada, *quela* [que ela] não se pusesse a pé, para me dar de comer, sempre! Eu ia, ela só me dizia assim, nunca me disse, aquela mulher, nunca me disse: “Oh *home* [homem] não vás, não vás. Tu vais gastar dinheiro”. Eu também, a verdade é uma, eu não lhe faltava nada, nada, eu sempre... todo o dinheiro que ganhava do meu ordenado, eu sempre o dei á minha mulher, sempre! Nunca lhe perguntei, há dinheiro ou não há, só lhe perguntava quando era preciso fazer alguma coisa.

E: Era ela então que geria o dinheiro?

P: Eu só lhe dizia: “Oh mulher, há dinheiro? Se há dinheiro faz, se há dinheiro vai se fazer, se não houver dinheiro não se faz, que aqui, nesta casa, não se fica a dever nada a ninguém. Se há dinheiro faz-se, se não houver não se faz”. E então, eu ia para a caça, ela podia-me dizer “Oh *home* [homem] vais gastar dinheiro, vais coisa...” Sempre tive muitos cães, como ainda agora tenho, tenho 9 ou 10 cães [palavrão]. Ah... nunca me disse aquela mulher: “Oh *home* [homem] não vais, porque vais gastar dinheiro, porque...” Não senhor, sempre disse: “*Home* [homem] tu vai, não te aleijes *home* [homem], tu não te aleijes”, sempre (disse isso). E pronto, tive um viver, tive um viver que, provavelmente, poucos casais tem na vida... Eu... sei lá os 37 anos que vivi com a minha esposa, nunca tivemos problemas nenhuns com o outro. Evidentemente, tínhamos por vezes as nossas chatices, não é? Porque, casa (que não é)

89 ralhada, não é governada, mas não é menos verdade que, nunca cheguei ao ponto de bater na
90 minha mulher, nunca! Nunca! Sempre, sempre... se alguma coisa dizia a minha mulher, ela
91 fazia de conta que não..., para ela era igual, fazia de conta que não ouvia, estava sempre tudo
92 bem, sempre. Ruína nunca lhe dei, pronto e foi esse, e foi esse o meu viver. Trabalhar, até que
93 tive... cheguei a um ponto, quando ela realmente começou-se a sentir-se mal. Eu já andava
94 com baixa, ainda tencionava ir trabalhar, mas vi a situação muito má da parte dela, que até
95 para a acompanhar procurei sempre, embora tivesse, que eu tinha a minha doença, como
96 artrite reumatoide, um bocado complicada. Mas procurei então manter (a baixa), até que me
97 reformei, só pelo facto que, realmente a ter que acompanhar na doença dela, que acompanhei
98 sempre, para todo o lado. Um dia... nunca faltei um único, aqui o hospital que não a fosse ver,
99 tanto em Penafiel, como em Felgueiras, como em Amarante. Sempre que coisa, eu, por
100 exemplo, para Penafiel, ela esteve lá internada, o tempo que lá esteve eu saía aqui de casa ia
101 para a beira dela, que podia entrar às 11 horas. Às 11 horas, entrava para a beira dela, estava
102 com ela, ou porque fosse preciso dar-lhe comer, ou ajuda-la, ou essa coisa toda, estava até ela
103 almoçar. No fim de ela almoçar, eu ia e almoçava eu alguma coisa, e vinha para a beira dela,
104 até que chegasse os meus filhos, à tarde, e vinha-me embora.

105 **E: Pois...**

106 E foi esta vida, pronto, até coisa. Agora a minha vida.

107 **E: Quantos anos, quanto tempo é que ela esteve assim?**

108 P: Ela esteve... ,aquilo foi-lhe detetado, sei lá, aquilo... sei lá, em maio. Aquilo foi-lhe detetado,
109 aquilo não foi (detetado). Ela..., aquele problema que a minha esposa tinha, aquilo já se
110 arrastava há muitos anos, eu até estava em querer quase, que podia dizer que, se a minha
111 esposa não fosse operada, que não tinha morrido.

112 **E: Eles quando... ela quando foi operada, eles falaram do risco da operação?**

113 P: Não! Não falaram de risco nenhum. Ela foi, ela, ela de vez em quando dizia-me: “Oh *home*
114 [homem], tenho... parece-me que sinto qualquer coisa, aqui na garganta, assim que, sei lá,
115 parece que não me deixa assim coisa. Sei lá, parece-me que me fica assim aqui restos, de
116 resíduos de comer, que me fica assim na garganta”. Mas andou anos com aquela situação. Até
117 que, um dia fomos ao médico, fomos ao médico de família, até, se não estou em erro, foi
118 comigo que ela foi. Que ela ia sempre comigo ao médico, tanto para o Porto, para o Santo
119 António, como para o médico de família. Até que um dia, eu até, se não estou em erro, se a
120 consulta foi para mim, e ela disse-lhe: “ Oh senhor Doutor, eu tenho aqui um problema, aqui
121 na garganta, dá-me a impressão que me fica assim aqui o comer”. Mas ela andava bem, comia
122 bem, tudo normal! Não tinha problemas nenhuns, precisamente nenhuns! A médica mandou
123 uma consulta, fazer um exame oh *coisa* [estômago], oh, fez o exame pronto. Quando fez o
124 exame o [ao] estômago, detetaram-lhe que tinha realmente um mal no estômago. Mas isso,
125 provavelmente em maio? Abril, maio, eu sei que, aquilo em 15 dias ela foi operada. Quinze
126 dias, 3 semanas foi operada, *num* [não] é? Depois de lhe ser detetado, depois de lhe ser
127 detetado aquilo, de fazer esse exame, que foi na Arrifana em Penafiel, foi detetado. Foi
128 rapidamente, foi, foi feito..., nesse aspeto eles foram rápidos... E isso, ela foi logo operada em
129 junho, logo. Aquilo foi maio, ela passado 3 semanas foi operada. Ela foi operada em junho e
130 depois pronto. Em junho esteve lá, foi operada, veio para casa, depois adoeceu. Foi para lá
131 outra vez, e a *donde* [de onde] esteve até agosto, lá. Teve o resto de junho, o julho, e esteve
132 até meio do mês de agosto, veio. E andava bem, ate andava muito bem... emagreceu um
133 bocadito, estava um bocadito magra, mas ela também não era gorda, a minha esposa. Mas
134 estava assim um bocadito magrita, e então..., um dia nós andávamos aqui, a fazer limpeza ao

quintal, ali donde [de onde] eu trago dali, aquele gado. E ela foi levar uma *carretazita* [um carrinho de mão cheio] de lixo, assim ao lado de lá, e levou o D. (neto), o D. (neto), foi com ela.

E: O seu neto não é?

P: Sim, o que aqui está. Ai nisto, ela ao para cá, ele foi com ela, para ela depois o trazer na *carretica* [carrinho de mão]. E ela trouxe na *carreta* [carrinho de mão], e eu estava aqui. Eu vinha para baixo, já estava aqui à espera dela, e ela bem para cima com a *carreta* [carrinho de mão], e eu senti que a *carreta* [carrinho de mão] lhe fugiu, do lado esquerdo. A asa do lado esquerdo. A coisa começou a piorar em Felgueiras, aquilo começou-se a manifestar, não é? O médico disse: “A sua esposa, está no estado de saúde vai ter de ir para Penafiel, que ela está muito mal. Está a progredir e está... está... isto não esta nada bem”. Pronto então foi para Penafiel, pronto até que foi, e depois veio. Ainda veio uma, ou duas vezes a casa, e depois foi numa sexta-feira à noite, ela não queria (ir), ela queria morrer em casa, não queria ir. Mas uma sexta-feira estava aqui, que eu tinha-lhe ajeitado uma cama articulada, tinha ajeitado um sofá articulado.

E: Eu acho que me recordo.

P: Ela tinha todas as comodidades, ela estava aqui na cozinha, porque era mais fácil aqui. Mais fácil, para se dormir no sofá, no sofá articulado que aqui estava. Ficava sempre aqui alguém, ou eu, ou a minha filha, ou as minhas noras, ficavam aqui com ela. E ela ficava numa cama que, tinha aqui para a levantar, e essa coisa toda. Até que na sexta-feira, ela sentiu-se mal à noite, [impercetível], foi para lá a 26 (de agosto de 2011) e morreu a 27 (de agosto de 2011).

E: No hospital?

P: No hospital. E é esta a vida, a partir daí pronto, é esta a minha casa, aqui em casa é... vou para a caça, quando há caça, e o resto... é a vida, não é?

E: Como é que, como é que conheceu a sua esposa? Foi a sua primeira namorada?

P: Não, não foi a minha primeira namorada. Eu tive várias namoradas, *num* [não] é? Inclusivamente, o curso de enfermagem..., eu praticamente perdi o curso de enfermagem por causa de uma miúda, lá, que era de Gondomar. E depois tive mais, várias miúdas, nunca foi aquele namoro, assim como este namoro, que namorei para esta, para a D., para a sobrinha da M. (vizinha). Ainda namorei para ela.

E: Ah.

P: Mas, quando já namorava para a D., já namorava para a minha esposa, para a minha mulher. Eu gostar, gostar, gostava da minha mulher, a outra era só...

E: Para passar tempo.

P: Agora com a minha mulher, namorei. Namorei com ela, ora, 7 (anos), eu tinha praticamente 17 anos, e ela tinha 14, *num* [não] é? Eu namorei com ela até aos 21 (anos), eu casei tinha 24 (anos). Casei precisamente com 24 anos, eu fiz... fazia 24 anos em novembro, e casei... não! Fazia 24 anos em novembro, e casei logo a seguir em janeiro, a 13 de janeiro, de 74 (1974). Portanto namorei para ela, praticamente foi a rapariga, foi... eu ia mais um rapaz, que era de Real, que faleceu coitado do moço, faleceu na tropa, e ele tinha motorizada, e nós íamos muitas vezes para Caide. Ele era o meu colega de trabalho, e depois ao fim de semana, eramos sempre os dois que saíamos. (Fala do amigo namorar também com uma rapariga, 03:04-03:22, 2ª gravação). E elas eram primas, e eu passei, passava ali por Caide, e ela... *calhemos* [calhemos] de passar, e elas estavam lá as duas e mais outra rapariga, lá na beira do caminho. *Canalhada* [Jovens] nova, *posemos* [posemo-nos] aí na conversa e...

179 **E: E foi ai.**

180 P: E foi ai que comecei a namorar para ela, pronto. Depois ela esteve no Porto bastante tempo,
181 na irmã e na Senhora da Hora, isso, já no tempo em que eu estava na Tropa. E eu estava na
182 tropa, à noite, às vezes, vinha por lá e de lá... tinha a motorizada, vinha a casa, comia e ia outra
183 vez para a tropa. Pois. E foi assim, e foi assim o nosso namoro, não é? Até virmos da tropa.
184 Quando vim da tropa, em outubro, precisamente em outubro. Em outubro de 73 (1973),
185 [impercetível], fiz 3 anos de tropa em outubro de 73 e..., e nós já namorávamos há muito
186 tempo. Dinheiro não tínhamos, não é, porque eu *inda* [ainda] para em casar, naquele tempo...
187 agora... mas naquele tempo, não se dava nada a ninguém.

188 **E: Pois.**

189 P: *Num* [não] é? E, eu mesmo quando casei, foi o meu falecido irmão, que está, estava na
190 França, já foi ele que, naquela altura, me emprestou dinheiro para a mobília, 16 contos. Que
191 eu não tinha dinheiro nenhum.

192 **E: E o seu irmão faleceu antes da sua esposa, ou depois?**

193 P: Ah, muito antes. Faleceu antes da minha esposa, ele faleceu... o meu irmão já morreu a 14
194 de julho. Ele morreu a 14 de julho, sei lá, o meu irmão deve... já devia ter morrido, o meu pai já
195 fez 31 (anos) agora no dia 16 deste mês. Ora, eu sei-te dizer mais ou menos... o meu menino
196 (filho) morreu-me há 38 anos, fez em outubro, se não estou em erro, 38 anos.

197 **E: O seu filho?**

198 P: Sim, o meu menino morreu, aqui na estrada, com 4 anos.

199 **E: Ai... não sabia.**

200 P: E... e (chora)... o meu irmão era padrinho dele. O meu irmão era F., e o meu menino também
201 era F. Ele era padrinho, e morreu logo, já ele estava na França. Pouco tempo esteve *na* [em]
202 França, então o meu irmão deve ter morrido à volta de 36 anos, 37... à volta disso. Que ele
203 faleceu..., que ele era dono deste terreno.

204 **E: Ah, este terreno que está aqui?**

205 P: Este terreno todo, aqui, era dele. E depois é que ele me disse..., aí eu já andava, já casado e
206 eu estava a pensar fazer uma casita, e ele disse: "Faz uma casa lá (em) cima, no meu terreno.
207 Faz lá (em) cima uma casa, e eu passo papeis para tu fazeres lá casa, e depois pagas quando
208 tiveres dinheiro. Se não tiveres dinheiro, não te preocupes. Faz a casa, no sítio que tu quiseres,
209 fica metade para ti, metade para mim". Ele tinha dado por este terreno, se não estou em erro,
210 206 contos, naquela altura. E, ele como tinha dito aquilo, depois os meus pais fizeram uma
211 doação desta parte, metade deste terreno, aquela metade fiquei com ela, mas depois paguei-
212 a. (Fala da doação dos pais e das partilhas, 06:51-08:23). E é assim uma vida de uma pessoa,
213 o... a vida de uma pessoa, aquilo que realmente...

214 **E: Antes da perda da sua esposa, como é que passava o tempo? Como é que se divertia?**

215 P: Ai, eu sempre. Eu divertia-me numa coisa, a... futebol! Eu gostava de futebol, de ver futebol,
216 não de jogar, que eu nunca fui, nunca gostei de jogar à bola, mas... ah... era a caça. Ia com o
217 meu pai para a caça, que gostava muito, e ainda hoje gosto, *num* [não] é? E tive uma altura
218 que..., bastante tempo, estava *coisa* [a trabalhar]. Andei a (trabalhar como) massagista, ali na
219 Aparecida, ainda andei 3 ou 4 anos, a massagista.

220 **E: Andou a fazer... Era massagista?**

221 P: Era, ali no clube de (futebol da) Aparecida.

222 **E: Mas tirou algum curso, ou foi do que tinha aprendido?**

223 P: Não, não. Eu como tinha andado em enfermagem, *num* [não] é, e tinha um certo
 224 conhecimento, não é. Então eles (responsáveis do clube) pediram-me, e eu não levava nada,
 225 não é? O tempo que perdia, nunca levei dinheiro nenhum, acompanhava-os para todo o lado,
 226 portanto era voluntário. E então, ainda andei lá uns tempos, e... e era, naquele tempo, como
 227 se passava o tempo? Trabalhar, que era a base fundamental, *num* [não] é? E as horas extras,
 228 que eram poucas, faço 8 horas, trabalho... naquele tempo não se fazia 8 horas, trabalhava-se
 229 de manhã, até que o sol fosse embora, *num* [não] é? E depois, vinha-se para casa, se os pais
 230 tivessem algo para fazer, ainda se ia fazer, *num* [não] é? E então depois ao domingo,
 231 praticamente não havia nada, se houvesse caça, ia para a caça, se não houvesse caça, era (ver)
 232 o futebol na Aparecida, no café da Guia, que era na Aparecida, que era do falecido M. E
 233 jogávamos um bocado de bilhar, e pronto, era assim.

234 **E: Que passava o seu tempo.**

235 P: Que passava o tempo, porque também, o único cinema que havia era em Vila Meã, mas
 236 também, poucas vezes se lá ia, porque o dinheiro, naquele tempo não havia dinheiro. Não,
 237 havia dinheiro, mas não era na nossa mão, era de outra gente, de lá. E pronto... uma infância
 238 sempre passada dentro, aqui nas proximidades do *coisa* [terra]. Nunca foi passada noutro sítio,
 239 não é, porque o dinheiro, não havia possibilidades, para nada, não é?

240 **E: Senhor B., como é que era a sua relação com a sua esposa? À bocadinho, falou-me um**
 241 **bocadiho que...**

242 P: A minha relação com a minha esposa, não podia ser melhor, era a coisa mais pura que
 243 tínhamos.

244 **E: Tinham muita confiança entre os dois.**

245 P: Tínhamos, tínhamos. Eu nunca tive qualquer desconfiança da minha esposa, em nada, em
 246 nada. Fosse naquilo que fosse. Na, na, na vida de casa, a minha esposa podia ir para *donde*
 247 [onde] quisesse, que *num* [não], que era difícil, quase sempre que ia, eu acompanhava-a, e ela
 248 acompanhava a mim. Mas se fosse, podia ir para onde quisesse, que eu tinha inteira confiança
 249 na minha esposa. Eu tinha ali uma mulher, que sabia ser mulher, *num* [não] é?

250 **E: Sim, que sabia...**

251 P: *Donde* [onde] me guardava todo o respeito, em todos os aspetos, até na parte mesmo, de...
 252 ser uma pessoa educada, e nunca responder ao marido de maneira agressiva, nem, nunca,
 253 nunca. A minha esposa nunca foi mulher de... mesmo, eu também não era indivíduo para a mal
 254 tratar, mas sempre, por vezes, sedia mais um pouco, *num* [não] é. E ela podia dizer, que ela
 255 nunca teve um palavrão, que me disse-se mais alto.

256 **E: Era muito calma.**

257 P: Era, e guardava para ela. Mas também não era pessoa de guardar rancor, não. Isso para
 258 ela... falava-se agora e ela ficava um bocado, um bocado ferida, *num* [não] é, por vezes por *via*
 259 [causa], também de problemas de trabalho, *num* [não] é. Uma pessoa dizia..., e por vezes
 260 certos problemas, que se passavam no trabalho, uma pessoa vinha, desabafar a casa, não era?
 261 Sempre caia, ela sempre caia na parte mais fraca, não era? Qua a parte mais fraca, seria
 262 sempre a esposa, mas sempre com uma certa educação, com um certo respeito. Nunca, nunca
 263 fui homem de chegar ao ponto de ofender mesmo a minha esposa, para que ela ficasse
 264 mesmo ofendida, não. Sempre, sempre com uma certa educação, mas ela, por muito aquilo
 265 que eu lhe pode-se dizer, sempre, sempre dentro daquela educação, ela nunca me disse, um
 266 palavrão, nada. Ou, tu tens razão, ou logo já estás melhor, logo conversa comigo, que logo já

267 estás melhor, era aquilo, pronto. Mas não era aquela pessoa que, vira-se costas e ficasse com
268 rancor, ou ficasse com cara, com má cara, e qualquer coisa que se pergunta-se, a seguir dizia
269 com a maior naturalidade de todos os tempos, e com um sorriso, e não tinha problemas
270 nenhuns.

271 **E: Era compreensível.**

272 P: Sim, sim.

273 **E: Fale-me agora um pouco acerca sentiui após... Falando agora como se sentiui, após a perda**
274 **da sua esposa. O que é que o senhor B. considera que mudou na sua vida?**

275 P: A única coisa que mudou na minha vida foi a alegria. Aquela alegria que eu tinha de viver,
276 passou, acabou, acabou. Tenho, eu... viver, tenho de viver, *num* [não] é, não me vou matar,
277 *num* [não] é?

278 **E: Sim.**

279 P: Não me vou matar por causa disso, porque isso seria uma estupidez. Mas eu..., não é menos
280 verdade, que aquela alegria de viver, aquela alegria de ir a qualquer lado, eu ia com a minha
281 esposa às vezes a um passeio. Ao passeio a Espanha, que ia com ela muitas vezes e a tua avó
282 também, a tua avó, foi muitas vezes. Ah... ia ao passeio da junta, para mim, isso tudo acabou,
283 porque... O que é que eu vou fazer?

284 **E: Ali sentiia que ia com alguém, não era, para partilhar momentos.**

285 P: Se eu não tenho ninguém (chora), o que é que eu vou fazer. Eu muitas vezes... a rapariga
286 (filha) vai ao domingo não é, vai com o marido, não é, vai onde tem de ir. Vai à vida dela, não
287 é, a vida é dela. E eu muitas vezes fico aqui, e pego... se é tempo da caça vou para a caça, não
288 é. Se não é época da caça, se há bola, vou ver, se não pego no carro, vou por aí adiante,
289 praticamente sem destino. Ou vou até Penafiel, ou vou até, até à Lixa, ou até Felgueiras, tomo,
290 um café, depois tomo outro café. E venho-me embora, e passo assim o tempo. Porque, aquela
291 alegria de viver, isso acabou. Tenho que viver, porque não posso... mas aquele, aquela alegria,
292 aquele sorriso que uma pessoa tinha todos os dias, não, isso acabou! Isso foi..., o problema é
293 este, quando há um casal, marido e esposa que se dão bem, e que são amigos e que amam um
294 ao outro, eu para mim, o amor não morre! A pessoa morreu, mas o amor continua! E o amor
295 ao continuar, também continua a tristeza, porque a pessoa de quem se tinha amor, partiu,
296 *num* [não] é. Portanto, como o amor não se consegue, porque o amor é uma coisa, muito
297 forte, não é. E então, quando realmente se tem amor, *num* [não] é, e como é um amor muito
298 forte (chora), a pessoa morreu, mas o amor não morreu. E como amor ficou, a verdade é uma,
299 quando falta alguém de quem tanto se gostava, *num* [não] é.

300 **E: E com quem partilhava esse amor, e fazia a construção desse amor.**

301 P: Tudo. Era com ela, e com os meus filhos. Não tenho o que dizer dos meus filhos, que são
302 todos meus amigos, todos eles, e a rapariga (filha), não falta nada. Tudo, eu vou tomar banho
303 eu não preciso dizer: "Oh C. (filha) poe-me a roupa". Não senhora, ela sabe que eu vou tomar
304 banho, eu sei que tenho a roupinha em cima da cama, toda prontinha, para eu pegar, não é?
305 Desde os bóxeres, às meias, tudo! Poe-me tudo. Mas falta-me aquela pessoa, com quem
306 partilhava todos os dias, não é? E pronto, é essa a situação. Eu sei lá, há pessoas que veem isso
307 de outra maneira, quem morreu, morreu, acabou, é verdade. Quem morreu, acabou, mas
308 morreu a pessoa, mas o amor não morreu, o amor ficou.

309 **E: Para alguma pessoas, talvez seja mais fácil superar essa perda, porque se calhar, não**
310 **existe a relação que o senhor B. tinha com a sua esposa.**

P: A relação que eu tinha com a minha esposa, era uma relação, tão bonita, tão bonita, que... É isso, porque quando um casal, tantos anos estão casados, e... nunca tive problemas, *graça de Adeus* [graça de Deus], na vida, nunca. Problemas, nunca tive, problemas na vida, nunca fui pessoa de viver com muito dinheiro, mas sempre tive dinheiro para aquilo que realmente precisava, tanto eu como a minha esposa. E então vivíamos bem, vivíamos bem, sentíamos bem, éramos um casal feliz, *num* [não] é, e o que nos faltava? Tivemos 5 filhos, todos eles, de muito, de boa saúde, nunca tivemos com os nossos filhos, umas crianças muito saudáveis, *num* [não] é. Mais alegria nos deu na vida, para mim..., a minha esposa vai fazer 4 anos que faleceu, e eu sei que não a volto a ver, *num* [não] é. Eu sei que acabou, mas não é menos verdade que, é uma coisa que ficou comigo, para o resto da vida. E só quando eu morrer é que este amor vai embora, depois evidentemente que acabou, *num* [não] é. Enquanto isso, vou vivendo o dia-a-dia, porque tenho que viver, *num* [não] é. Tenho que viver. Agora a alegria de viver, a alegria de viver...

E: Foi isso que mais notou que mudou na sua vida.

P: Ai foi.

E: Sente que, sentiu que perdeu um bocadinho do sentido de vida?

P: Ah, ora bem, eu... evidentemente que uma pessoa, que, com estas situações, não sei se haverá alguém que não a *sinte* [sinta] (perda do sentido de vida). Julgo que toda a gente a sente, não é, e que, por muito que a tente disfarçar, nunca é aquilo que era, quando realmente são pessoas que (se gosta). Quando também não se dão bem, também não estão casados tantos anos, não é? Quando..., um casal hoje em dia é aquilo que se vê, *num* [não] é. Eu... portanto, eu era uma pessoa, que me dava muito bem com a minha esposa, éramos um casal muito feliz, muito feliz mesmo. *Trabalhem* [trabalhamos] muito, tanto eu como ela, e não é menos verdade, *trabalhem* [trabalhamos] muito, mas todo esse tempo foi compensado, só não foi compensado na morte, que a levaram cedo de mais. A minha mulher, se hoje fosse viva, parece-me que éramos o casal mais feliz da freguesia. É, *graça de adeus* [graça de Deus], não nos faltava nada, não faltava nada, nada. Podia-nos faltar alguma saúde, mas era uma coisa que já se ia...

E: Já se conhece.

P: É.

E: Na sua profissão, após a perda da sua mulher, mudou?

P: Na minha profissão não mudou, porque quando a minha esposa morreu já não trabalhava, fiquei sem profissão nenhuma. Já estava sem trabalho, portanto... ainda fui depois de... depois de já estar reformado, trabalhei sempre com o meu filho. Mas desde que a minha esposa faleceu, o trabalho...

E: Deixou.

P: Trabalhar para quê? Para quem vou trabalhar? Para os meus filhos? Não. Eu não preciso de trabalhar para os meus filhos, eles, *graça de adeus* [graça de Deus], têm saúde para poderem trabalhar. Que trabalhem, que eu também trabalhei. E se disséssemos assim, eu vou-me sacrificar, e vou trabalhar mais meia dúzia de anos, e vou deixar os meus filhos numa situação financeira, capaz de poder viver e sobreviver sem trabalhar. Eles têm de trabalhar na mesma, para viver. Portanto, eu vou trabalhar para quem? Para quem? Trabalhar para quê? Para que é que eu preciso de trabalhar? Eu por aquele pouco que o governo (segurança social) me dá, não é. Ele para mim vai chegando.

E: Chega para sustentar-se.

P: Chega para mim! Chega, com mais dificuldade ou com menos dificuldade, chega para mim, *num* [não] é, portanto, eu não vou trabalhar, não preciso de trabalhar. Vou trabalhar para quê, mantenho o meu dia-a-dia, a olhar para os cães, olhar pelas galinhas e perus, e para o gado que aí tenho. E vou ao café ler o jornal, que gosto muito de ler o jornal, que é o que eu gosto de fazer. Vou ler o jornal, leio o jornal, almoço, estou por casa, que a minha vida é esta... andava ali no quintal, quando tu vieste, andei ali no quintal a fazer um serviçito que, começasse a chegar a altura de se fazer alguma coisa (no quintal). E vou fazendo aí no quintal, mas *num* [não] deixo, não deixo de ir ao café por causa do quintal. Eu vou ao café, e depois vou ao quintal.

E: E na sua saúde, notou alguma alteração?

P: Na minha saúde, não posso dizer que tivesse piorado, não. A minha saúde *num* [não] piorou com a morte da minha esposa, não. Não senhor, eu... os problemas que tinha, continuo com eles, até provavelmente, provavelmente, eu... andei nos meus princípios que me foi detetado esta doença, artrite reumatoide. Naquela altura, dá-me a impressão que andava pior, precisamente do que ando hoje, *num* [não] é. Porque naquela altura, houve uma altura que... principalmente na mão direita, com uma chávena de café, que se toma no café, e eu não tinha força para pegar nela, (não tinha força) nos dedos, *num* [não] é. Que foi quando comecei a tentar, a tentar reformar-me de baixa, *num* [não] é... eu... Mas já antes, muito disso..., eu já trabalhei muito ano, já com esse problema. E *donde* [onde], eu tomava um comprimido para as dores. Tenho a médica do Santo António, onde eu ando (a ser seguido) com os médicos, e... era por ela (médica), que ando a ser medicado. E... nunca, ultrapassei a quantidade de comprimidos para as dores que eles receitavam, não ultrapassei de tomar... Mas não é menos verdade, que agora não os tomo, e naquela altura... provavelmente agora, mesmo assim, nesta altura sinto-me com menos dores, embora tenha. Porque a artrite reumatoide é muito complicado. Mas muito longe dos princípios, quando ela foi detetada, a artrite reumatoide, isto sei lá, para aí em 2005, já, ou antes de 2005, que ela foi detetada, a artrite reumatoide. E em 2008, entrei de baixa, de onde andei 1085 dias, 3 anos de baixa, até que depois, eles não tinham possibilidades de dar mais, é o máximo 3 anos. E eles (técnicos da segurança social) não tiveram outra solução, que não reformar-me. Porque não tinha direitos nenhuns, e era a solução, porque eu não podia, não é. Eu nessa altura já andava..., eu não podia mesmo, naquela altura, já não trabalhava, mas naquela altura também preocupava-me com a doença da minha esposa. E aquela coisa toda, aquilo... depois não comia, e eu com... com a doença da F. (esposa) tinha dias que não comia à hora, *num* [não] é. Outras vezes nem comia (chora), ela (esposa) várias vezes no hospital, que eu deixava a ficar, no fim do comer (da esposa), e dizia: “Eu vou comer qualquer coisa, e já venho”, e vinha ao bar cá em baixo, e tomava um galãozinho e ia outra vez para cima. E foi esse o meu comer muitas vezes (fala emocionado), e isso, prejudicou-me muitas vezes, um bocadito, na parte dos diabetes, que eu também tenho diabetes. E essas coisas, começou-se ali a coisas. Pronto, depois, evidentemente, depois ela (esposa) faleceu, *num* [não] é, andei um bocadico, após a morte dela emagreci um bocado. Ainda emagreci muito, porque (fala emocionado) o apetite era pouco, *num* [não] é, mas depois fui-me mentalizando que, se quisesse andar teria que comer alguma coisa, *num* [não] é. Embora eu não sou de comer muito, mas alguma coisa tinha de comer. Portanto, a coisa melhorou, e agora ultimamente, até... fui operado, também já fui... mas tudo são operações, *num* [não] é. Pus uma prótese ao joelho esquerdo, fui operado ao dedos dos pés, já 3 vezes, fui ao (pé) do esquerdo 2 vezes e ao direito uma vez, *num* [não] é. Porque eu tinha os dedos muito tortos, nos pés, e fui operado, e agora, por exemplo, eu calço o 39, tinha de comprar o 41 para conseguir andar. (Fala novamente da mudança de número de calçado e como foi a operação, 03:10-03:47, 4ª gravação). E tudo isso contribuiu para que, agora não tenha a necessidade de tomar esse comprimido, para as dores, *num* [não] é. Depois também procuro

evita-lo, também procuro evita-lo, *alvezes* [às vezes] prefiro ter mais um bocadito de dores, e evito o comprimido, porque eu sei que me pode fazer bem a uma coisa, que me vai tirar as dores, mas também vai prejudicar muito, não é. E eu já tomo muito, porque eu já tomo... todos os dias tomo 6, 10 (comprimidos). Segundas, quartas e sextas tomo 11 e sábado tomo 17 ou 18 (comprimidos).

E: Toma muita coisa. Senhor B. como é que fez, ou faz para superar a dor da perda da sua esposa?

P: O que eu faço para perder a dor, eu... para perder a dor dela, é o que eu faço, é distrair-me, procurar fazer sempre alguma coisa. Para procurar esquecer, o mais possível, *num* [não] é, vou todas as quartas feiras e fins de semanas sempre ao cemitério, que gosto de lá ir, *num* [não] é. E o resto é, entreter-me no quintal, ir para a caça, treinar os cães, e enquanto ando (entretido), não estou a pensar nessas coisas, *num* [não] é. Enquanto estou a ler o jornal, não estou a pensar que a esposa, que me faltou, *num* [não] é, isso, *num* [não] estou. E é assim, e é assim, que vou tentando aliviar um bocado, *num* [não] é, agora não é menos verdade, quando tenho de falar da minha esposa (fala emocionado), dói muito, muito, muito! Dói muito, e eu até evito de falar, porque *num* [não] sei, fico mal. Fico mal, porque não aceitei bem, essa situação, é esse o facto, *num* [não] é. Tantas pessoas aceitam, e eu não aceitei.

E: Faz-lhe lembrar...

P: É. E é isso. E é por isso que, muitas vezes, estou aqui, estou aqui e *alvezes* [às vezes] vou por ali adiante, andar um bocado. Porque se estiver aqui em casa, uma pessoa, se a rapariga (filha) está, se *num* [não] está, é uma solidão enorme, *num* [não] é. E aí pego, solto os cães, até ali atrás, e estou com os cães um bocado, ou vou para ali, para o quintal de trás, que é da M. (vizinha), e vou até lá um bocado, e estou a olhar lá para baixo (para os montes), e pronto.

E: Ao cemitério, vai todos os fins de semanas, é?

P: Vou todos os fins de semanas e às quartas-feiras. Desde que a minha esposa faleceu, nunca falei lá um fim de semana, se não posso ir ao sábado, vou ao domingo, *num* [não] é. Ah... quando é caça ao domingo, vou sempre ao sábado, vou com a minha filha *assear* [arranjar]. Embora, vou com a minha filha *assear* [arranjar] ao sábado, e ao domingo vou à missinha, nunca venho da missa sem ir ao cemitério. E se venho embora, porque tenho alguma coisa para fazer, venho embora, faço o que tenho a fazer, dar de comer ao gado, e vou lá em baixo ao cemitério. E à quarta-feira, sempre vou ao cemitério, sempre ponho duas velas no cemitério. Desde que a minha esposa morreu, tanto ao fim de semana como há quarta-feira, ponho sempre 2 velas, uma à frente dos meus pais e outra à beira da minha esposa, sempre! Desde que ela faleceu, sempre fiz isso, sempre.

E: Sempre fez isso... é uma forma de manter a vossa ligação.

P: É, porque ela também fazia pelos meus pais, *num* [não] é. Ela é que *asseava* [arranjava] praticamente, nós é que *asseávamos* [arranjávamos] (o cemitério). E aquilo, e coisa... ela *asseava* [arranjava] a campa aos meus sogros, e enquanto os meus sogros tiveram na campa. Que estiveram lá na campa em Caíde, que estavam só os meus sogros, os pais dela. Eu no meu mês de *assear* [arranjar], mesmo depois da minha esposa falecer, eu sempre mandei *assear* [arranjar]. *Asseava* [arranjava] a campa, mandava sempre *assear* [arranjar]. Agora está lá mais alguém, esse alguém é da minha família, que a esposa tem lá o marido, a esposa é que tem de *assear* [arranjar]. (Fala das outras pessoas que lá estão, 08:10-08:54, 4ª gravação).

E: O senhor B. para passar o seu dia-a-dia, ainda continua nesses grupos da caça, *num* [não] é?

450 P: Sim, continuo. Continuo a caçar, sempre. Continuo a caçar, *num*... todos os domingos, que
451 seja dia de caça, continuo a caçar, só se chover. E *alvezes* [às vezes], mesmo a chover, vou.
452 Mas sempre que vou há caça, é uma coisa, é aquilo que mais gosto da vida, é da caça. É o meu
453 maior desporto, que eu gosto. E enquanto 'tiver' pernas..., gosto da caça, porque também
454 gosto muito dos cães. Os cães também faz parte da minha vida, *num* [não] é. Os cães faz parte
455 da minha vida. E então, gosto muito da caça, e gosto muito dos animais (cães), e enquanto
456 'tiver' pernas que me possam levar até ao monte, hei de ir, *num* [não] é. Quando não poder,
457 terei que abandonar.

458 **E: Fica com alguns cãesinhos.**

459 P: Com os cães tenho de ficar, mas não posso ficar com tanto cão.

460 **E: Mas ainda vai tendo umas boas pernas.**

461 P: Tenho, ando todo o dia no monte, por tanto, e com a arma às costas, e... e ainda é preciso,
462 são sempre 3 quilos, ali. Já vamos, já está a acabar filha (fala para a filha que apareceu a meio
463 da entrevista).

464 **E: Senhor B. que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu, após a perda?**

465 P: *Num* [não] recebi nenhuns.

466 **E: Só teve aqueles apoios da segurança social, *num* [não] é?**

467 P: Os apoios da segurança social foi pagar, deram-me um x (valor) *pro* [para], para..., naquela
468 altura ainda davam um x (valor) *pó* [para] o funeral, *num* [não] é. E dão-me aquilo que é meu,
469 que a minha esposa tinha direita à reforma, estão-me a dar metade daquilo que ela tinha.

470 **E: E teve algum apoio humano? Teve da sua filha, não é?**

471 P: O apoio foi da minha filha e dos meus filhos, que sempre em apoiaram, sempre... nunca me
472 faltaram com nada, sempre. Fosse para o que fosse, estiveram sempre.

473 **E: Estavam sempre presentes. A sua filha já vivia cá?**

474 P: A minha filha já vivia aqui, ela já aqui vive há 6 anos.

475 **E: O que é que o senhor B. mais gosta? Ou essa até já sei (risos). O que mais gosta e o que
476 menos gosta de fazer após a perda da sua esposa?**

477 P: (Risos).

478 **E: O que mais gosta, se calhar, é a caça, não é?**

479 P: Olhe eu, o que eu mais gosto é da caça, e de viver com os meus filhos, quando nos juntamos
480 todos, seja a jantar, seja a almoçar, em qualquer convívio. E a caça é um fator principal, que eu
481 gosto. Daquilo que menos gosto, é um bocado complicado, porque, eu em geral, de quê é que
482 não hei de gostar? Eu gosto, não há ninguém... não há dia nenhum que eu não goste de viver.
483 Eu não faço mal a ninguém, então, gosto de toda a agente, *num* [não] é. Não gosto, não gosto,
484 há uma coisa que eu não gosto, é ser ofendido por ninguém, porque eu também não ofendo
485 *ninguém* [alguém], *num* [não] é. Gosto de tudo. Tenho uns vizinhos, que são do melhor,
486 sempre nos demos muito bem e *continuamos* [continuamo-nos] a dar, portanto não tenho
487 rancor de ninguém.

488 **E: Não tem razões de queixa, para não gostar de nada. Pronto senhor B. muito obrigada por
489 partilhar estas suas vivências de vida, esta... este processo de luto, não é. E chegamos ao fim
490 da nossa conversa. Quero-lhe agradecer, por ter partilhado isto tudo comigo, porque são...
491 são sentimentos que aí estão dentro e só o senhor B. sente, e são difíceis de os transmitir, e**

492 às vezes, não queremos tanto transmitir, e partilha-los, não é? E é isso que agradeço, por ter
493 partilhado comigo.

494 P: Sempre que precise de qualquer coisa, a porta está sempre aberta.

495 **E: Obrigada.**

496 P: Desejo as maiores felicidades do mundo para ti.

497 **E: Eu também desejo a si.**

ID4

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: D.^a A. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Sinto ainda em luto, mas ando já, já vou pegando numas coisinhas mais clarinhas e assim.

3 **E: Mas o sentir em luto em...**

4 P: O coração.

5 **E: Sim.**

6 P: Está sempre. Isso está sempre. O meu coração está sempre em luto.

7 **E: Pelo seu marido, *num* [não] é?**

8 P: Pelo meu marido e pelo meu filho.

9 **E: Ah... D.^a A., eu gostaria que me falasse um pouco acerca de si, da sua vida, das suas**
10 **origens, ah...**

11 P: Mas eu isso, eu não sei dizer muita coisa porque sei que...

12 **E: A D.^a A. já era daqui da Serrinha?**

13 P: Não eu era mais de Figueiró, é a seguir a Figueiró, era acolá chamava-se Outeiro.

14 **E: Sim e como é que, como é que conheceu o seu marido, como é que foi... foi o seu primeiro**
15 **namorado? Como é que foi?**

16 P: Não, não. Não foi o meu primeiro, já namorei com outros mas ele foi o mais seguido. Foi
17 com ele que namorei mais tempo, foi ele, mas cheguei a namorar com outros. Eu era
18 namoradaira.

19 **E: Era (risos).**

20 P: Era jogava às cartas, eles juntavam-se ali. Juntávamos ao domingo todos juntos a jogar às
21 cartas e depois namorávamos um pouquinho, depois lá nos zangávamos por qualquer motivo e
22 pronto. Depois o meu marido começou a andar por ali, o meu marido começou a andar por ali.
23 Eu estava mais por causa de um tio que tinha uma tasca e eles iam até à tasca, juntavam-se lá
24 os rapazes, a coisa... ah na brincadeira e a beber uns copos ou às vezes a comer umas *asandes*
25 [sandes] e pronto ele começou a vir para a minha beira. Às vezes íamos a uma festita que
26 houvesse aqui por perto, era tudo a pé. Não tínhamos carro, nem ele nem eu, nem nós, a
27 minha irmã e eu, e às vezes ele ia *com nós* [connosco] e a minha irmã as vezes dizia “olha que
28 ele...” (que andava interessado na D.^a A.) – “oh anda nada, anda nada”. Fazia de conta que ele
29 andava como amigo, mas ele já andava com a ideia e depois começámos a namorar,
30 *namoremos* [namorámos] quase 2 anos, depois casámos.

31 **E: Dois anos, e como foi o vosso casamento?**

32 P: Aí o nosso casamento foi muito... muito fraco! Porque não havia dinheiro, fomos à igreja,
33 olhe, por (aí) abaixo, a pé. Antigamente não havia.

34 **E: Pois era outros tempos.**

35 P: Era outro mundo, não havia... Foi assim de fatinho, vestimos fatinho novo, mas se coisa que
36 pudéssemos logo trazer. Não era vestido branco nem nada, não havia, não havia roupa,
37 ninguém ia de branco nessa maré [tempo].

38 **E: Aí não?**

39 P: Só as ricas. Não, não havia. Foi assim um casamentinho normal, mas eram assim todos,
40 eram assim todos naquele meu tempo, os casamentos.

41 **E: Eram simples.**

42 P: Eram, eram muito simples.

43 **E: Ah e como é que a D.^a A. fazia para se divertir, como é que passava o tempo?**

44 P: É como eu digo, a jogar às cartas, a ler livros, a fazer malha.

45 **E: E mesmo depois de já estar casada com o seu marido, antes do seu marido ter falecido,**
46 **como é que vocês passavam o vosso tempo?**

47 P: Ele ia trabalhar de manhã cedo, ele ia sempre trabalhar. Eu ao meio dia fazia o comer
48 [almoço], ao primeiro ia-lhe levar, *odepois* [depois] ele comprou uma bicicletita para vir a casa,
49 e vinha a casa comer. Trabalhava ali adiante, chamam-lhe a *Ferfor*, não sei se conhece.

50 **E: Sim, sim.**

51 P: Vinha a casa comer e à tarde vinha e trabalhava nas territas, no quintalzinho. Semeava uns
52 talhinhos de coisas, fazia alguns biscates na casa. A primeira casinha... primeiro fomos para
53 casa de um tio, arranjou lá um quarto, uma sala, uma cozinha e uma casita de ir, ir fazer as
54 nossas necessidades, mas isso até era fora de casa, assim num fundo de umas escadas. Depois
55 *comecemos* [começámos], *compremos* [comprámos] aquela territa lá em cima e fizemos a
56 casita de lá de cima e depois viemos para ela ainda mal acabada. Ele ia, vinha, andavam os
57 homens a trabalhar e ele ainda ajudar quando vinha do trabalho, a trabalhar uma *maré*
58 [altura] saía às 5 horas do trabalho e ainda ajudava muito. Até eles *sair* [saírem], que eles
59 davam horas por fora, e... e, pronto, e era assim a nossa vida e depois foi andando sempre
60 assim.

61 **E: E como é que passavam os domingos, iam passear?**

62 P: Os domingos... Ele ia passear com os amigos mas eu ficava sempre em casa arranjar a minha
63 vida, só quando ia assim a casa de pessoas ou passear. Quando íamos a algum passeio, alguma
64 excursão, mas ao primeiro não íamos, *num* [não] havia dinheiro. Ao primeiro porque eu fiquei
65 a dever muito dinheiro da casa, e eu tinha de tirar, tínhamos de arranjar. Naquele tempo
66 tínhamos de arranjar...eu pedia à família, aqui um tanto, 3 contos, acolá outros 3, ali 2 ou 3, às
67 pessoas de família. Depois conforme íamos tendo o dinheiro íamos levando, íamos levar com
68 uns bolinhos em cima a uns, uns contos e ficava esse dinheiro pago. Depois tínhamos de juntar
69 para outro até que *pagemos* [pagámos] tudo graça de Adeus. Depois andou, andou, resolveu ir
70 para fora, foi para a França quase um ano, 9 meses. Ainda estive lá 9 meses depois lembrou-
71 se de vir, meteu uma papelada para ir para Alemanha. Foi para Alemanha, estive lá 4 anos.

72 **E: E a D.^a A. estava cá?**

73 P: E eu estava cá.

74 **E: Já tinham filhos aí?**

75 P: já, já tinha. Quando ele foi para a França já tinha, quando ele foi para a França já tinha 3 e
76 quando ele foi para a Alemanha já tinha *oitro* [outro].

77 **E: (Risos). Então ele estava na Alemanha, já tinha filhos? A D.^a A. ficou cá e já tinha filhos?**

78 P: Fiquei cá, já tinha os 4 filhos, ao que eu vejo já tinha os 4. Depois é que eu tive princípio de
79 outro, nasceu sem mais nem menos, *num* [não] cá nem fiz nada e nasceu. Nasceu, *num* [não]
80 chegou a nascer, não chegou a nascer não, não era nada. Era um... pronto, aquilo saiu e...

81 **E: Diga, diga D.^a Ar. (filha)**

82 F: Perdeu o bebé.

83 **E: Ah.**

84 P: Não chegou a... a... foi princípios só, e eu estava confundida com isso, tive esse princípio,
85 mas ainda cheguei a mandar dizer *uma* [numa] carta, que decerto ele ia ter uma surpresa.
86 Porque eu tinha *prai* [para aí], quê? Dois mesitos, já assim, já tinha as fraldas.

87 F: E isso assim é preciso mãe?

88 **E: Pode ser, pode falar.**

89 P: Ela estava-me a perguntar.

90 **E: Sim, sim.**

91 P: E pronto e escrevia-lhe as cartas, eu é que lhe escrevia consoante sabia, consoante a
92 habilidade.

93 **E: Porque a D.^a A. não andou na escola, pois não?**

94 P: Eu entrei para escola, mas eu já trabalhava *num* [não] é, já ajudava muito nos servicitos.

95 **E: Bordados.**

96 F: E nos recados.

97 P: E nos recados e assim. E depois entrei para a escola com 7 anos, nesse tempo era só com 7
98 anos, entrei dia 7 de outubro. Era, o dia que abriu as escolas, e eu depois fui para a escola até
99 ao natal, e aprendi o abecedário cantado. As outras raparigas maiores cantavam o abecedário
100 e eu metia na cabeça o que elas cantavam, e comecei a aprender. Ah... conhecer as letras,
101 conhecia as letras todas, mas *num* [não] sabia juntá-las mas *num* [não] sabia muito bem juntá-
102 las. Depois comecei a saber juntar qualquer coisa. Depois chegou o natal e a professora disse
103 assim: “agora as meninas têm de trazer todas uma bata branca”, mas a minha mãe era muito
104 doente, muito doente, estava, passava todos os invernos passados na cama. A minha falecida
105 avó e as minhas irmãs mais velhas é que faziam as coisitas, que ela parte dos dias não podia
106 sair da cama. E a minha mãe disse assim: “eu não te dou nenhuma bata branca, porque, as
107 batas brancas, tinha-te de dar logo duas, porque é preciso lavar todos os dias, porque vos
108 sujava-las todas e não ia para lá com elas todas sujas. Tinha de te dar pelo menos duas, *adei*
109 [portanto] não dou”. “Se *num* [não] dou, então *num* [não] vou. As outras vão todas de bata
110 branca, ela disse que não queria ninguém lá sem bata, *num* [não] vou” e *num* [não] fui. E não
111 fui para a escola, ela não me deu a bata *num* [não] fui para a escola. A professora perguntou às
112 minhas colegas “então porque ela não vem?” – “porque a mãe disse que não lhe dava bata
113 branca” - “que venha sem bata”. Mas a minha mãe mandou dizer que também arremediou
114 sem estudar, também *num* [não] estudou, também arremediava. Precisava de mim *masé* [mas
115 é] para trabalhar. A professora mandou outro recado “aprendia tão bem, ela aprendia tão
116 bem, é uma pena, eu ponho-a já na 2^a classe, para ela adiantar já um ano”. Nem assim a minha
117 mãe deixou ir à escola.

118 **E: Pois.**

P: Depois quando eu já era grandinha, já *prai* [para aí] com os meus 15 anos, comecei a namorar. Queria escrever aos rapazes, eles escreviam e eu queria responder mas *num* [não] sabia. Chamei a minha colega e disse assim: “escreve-me aqui em letras grande o abecedário grandes e o *piqueno* [pequeno], que é para eu começar a fazer cópias”. Eu já assim nessa *maré* [altura] já sabia juntar as letras, algumas! Era para fazer cópias, porque às vezes queria fazer uma letra de cópia de carta e *num* [não] sabia, tinha de ir ao abecedário. É uma grande é uma pequena, eu às vezes *num* [não] sabia. Tinha de ir ao abecedário buscá-la para completar a cópia. E assim foi que fui aprendendo qualquer coisinha para escrever, as cartas. Claro, muitos erros, muitas coisas, mas nós cá nos entendíamos.

E: E foi assim que às vezes ia comunicando então com o seu marido?

P: Era assim, *num* [não] havia telefones aqui por perto, *num* [não] havia nada. Os meus filhos iam para a caminha, deitava-os a dormir, sentava-me na cama a escrever as cartas, que ele queria que eu escrevesse muito, aí... aí queria saber tudo, o que aqui passava. E eu tinha de estar a escrever tudo, aí que muito me custava. Eu bem digo, se fosse agora com os telefones era outra coisa.

E: Pois é, é mais fácil. Era mais fácil.

P: Era mais fácil...

E: e a D.^a A. disse-me que agora lê muitos livros mas então antes do seu falecido marido...

P: Ai eu já li muito livro, eu às vezes passava noites quase inteiras (fala baixinho) a ler livros, tinha a luzinha muito pequenina ao pé de mim, muito pertinho, na mesinha de cabeceira. Eu punha assim... era um candieirinho a petróleo, e eu punha-o assim ao pé de mim e eu punha-me a ler, a ler, a ler, quando era aqueles romances, que eu gostava muito de os ler. Romances, histórias, histórias de toda... de santos, história de coisa, de soldado, muita coisa, muita coisa. Lia muita coisa.

E: E como é que...

P: Emprestavam-me livros. Sabiam que eu gostava de ler. E rapazes que gostavam, meus amigos iam para a nossa beira ‘seranzar’ [fazer noitadas a trabalhar] e levavam livros, arranjavam livros lá por casa e levavam. Depois liam, iam lá ler para a pé de nós para o serão e punham-se a ler ao pé de nós. E nós liamos, nós trabalhávamos e eles liam, e depois deixavam-nos o livro para acabar de ler.

E: Ah.

P: A gente ficava com os livros para acabar de ler e depois dávamos. E lia muito. Quando era solteira... já tinha muita vida, muita vida.

E: Então passava o seu tempo... gostava de passar o seu tempo a ler e mais alguma coisa?

P: Gostava, gostava. Passava a ler, a ler as cartas, a jogar às cartas. Nos gostávamos muito de jogar às cartas mais as minhas colegas, e com os rapazes às vezes era no ano novo, jogávamos toda a noite! No ano novo, no natal e nos reis, jogávamos toda a noite às cartas! Havia lá um vizinho que tinha uma lareira muito grande e fazia, tinha umas fogueiras muito grandes, e nós íamos para lá aquecer-nos, e as filhas, as minhas colegas e juntávamos, e os rapazes vinham para lá também. Tinha assim um lar grande e uns bancos e *sentava-nos* [sentávamo-nos] e jogávamos as cartas, ali. Era assim a nossa vida.

E: Como é que... Conte-me um bocadinho de como foi este aparecimento do problema no seu marido, da doença.

162 P: Ai o aparecimento do problema do meu marido *cuido* [penso] que foi há muito... já tinha
163 sido há muito ano. Porque ele, *prai* [para ai] há 7 ou 8 anos que casamos, começava-lhe, dava-
164 lhe às vezes umas dores que eu tinha de chamar o doutor e o doutor mandava-me aquecer
165 toalhas de água e pôr-lhe... E dava-lhe um remédio para essas dores lhe *passar* [passarem],
166 antigamente o povo não ia logo para o hospital. E... e eu *cuido* [penso] que já era disso. Ele
167 depois foi para Alemanha, fez lá um tratamento, mas *num* [não] chegaram a descobrir. E
168 depois cá era a mesma coisa, de vez em quando dava-lhe aquelas dores.

169 **E: Mas ele tinha dores a onde?**

170 P: Era nos intestinos, era assim por baixo, era nos intestinos. Mas o doutor *num* [não]... não
171 havia estas coisas, *num* [não]...

172 **E: Num [não] descobriram?**

173 P: *Num* [não] descobriram. Mas o que me admira foi ele não ter *decubrido* [descoberto] na
174 Alemanha. Porque ele veio para casa e de vez em quando dava-lhe também “eu passei a noite
175 mal”, começaram a vir os diabetes e tudo. Sempre a ir ao médico, sempre muito remédios,
176 muito controlado mas de vez em quando dava-lhe aquelas dores fortes, íamos para o hospital
177 com ele. Depois lá as doutoras mandaram-no fazer *fisio* [fisioterapia]... como é que se diz?

178 **E: Fisioterapia.**

179 P: Fisioterapia, que fizesse... Tinha de fazer pelo menos duas vezes no ano, ele começou a
180 fazer. Depois fizeram-lhe uma operação à... à vesícula, tirou-lhe a vesícula e esteve muito mal.
181 E foi assim, e depois então andava na *fisio*... fisioterapia, custa-me dizer esta palavra (risos).

182 **E: Mas disse bem.**

183 P: E então ele disse “carago, parece que agora estou a ficar pior. Desta vez não me está a fazer
184 bem este tratamento” – “olha, vai falar com o doutor”. Mas mesmo assim parece que ele
185 chegou a acabar os dias (tossiu). Desculpe. Mas depois começou a sentir-se pior, fomos, foi ao
186 doutor e então ele mandou fazer uma radiografia... Como é que se diz?

187 **E: Raio x?**

188 P: Sim, e então acusou-lhe. A primeira vez não acusou, mas já tinha, o que lá ele não deixou
189 fazer o exame até ao fim, que ele é muito ruim de fazer. De certeza que ele não deixou fazer
190 até ao fim. Depois pronto, quando foi fazer uma até ao fim aquilo acusou, mas já *num* [não] foi
191 a tempo. Já estava...

192 **E: Então ele tinha cancro nos intestinos?**

193 P: Tinha.

194 F: Quando ia ser operado já estava muito adiantado.

195 P: Estava muito adiantado.

196 **E: Então ficou...**

197 F: Abriram e fecharam...

198 P: Deixou fazer a operação mas tornaram a fechar sem tirar nada. Não puderam tirar nada.

199 **E: Então depois ele ficou bastante tempo acamado em casa?**

200 P: Ele em casa não estava grande tempo. Porque ele não podia parar em casa, era quase
201 sempre no hospital. Vinha para casa e punham a soro e tudo, mas...

202 F: Nem 3 meses, nem 3 meses.

203 **E: Foi tudo assim muito rápido não foi?**

204 P: Foi, ultimamente foi, quê 4, 5 meses não foi muito mais.

205 **E: A D.^a A. não estava à espera...**

206 P: Nunca pensei, porque ele tinha feito, aquele, aquele exame como eu já tinha feito.

207 F: E a nós não nos disseram.

208 P: E eu cuidei que eles que... eles disseram que (ele) não tinha nada. Por isso é que eu digo ou
209 eles trocaram ou não tinham completo, não fizeram bem. Porque eles às vezes também
210 trocam os exames, já tenho visto filmes e vejo.

211 **E: Já tem acontecido.**

212 P: (Fala de um episódio de um filme, minuto 11:16-11:54, 1ª gravação). E eu lembrava-me,
213 suponhamos que às vezes também aconteceu isso e trocaram, porque ele aconteceu assim
214 dele daí a pouco fez um exame, pôs-se assim pior. E, e, pronto num [não] parava com dores, e
215 teve de tomar alguns remédios para lhe tirar as dores fortes. É assim.

216 **E: D.^a A. fale-me um pouco o que é que sentiu após... fale-me um pouco o que sentiu após a**
217 **perda do seu marido. O que é que a D.^a A. sentiu que mudou na sua vida após a morte do**
218 **seu marido?**

219 P: Acho que não melhorou nada.

220 **E: O que mudou? Mudou, mudou.**

221 P: O que mudou, fiquei sozinha com os filhos. Fiquei sozinha *cos* [com os] filhos e dediquei-me
222 aos filhos, já tinha dedicado sempre, sempre me tinha dedicado aos filhos. Sempre que podia
223 chamava-os ou eles vinham para minha casa, netos e tudo.

224 **E: E o seu trabalho continuou a ser o mesmo?**

225 P: o meu trabalho desde que morreu o meu filho, eu andava, vendia bordados e tomava conta
226 de encomendas. Por exemplo, tinha freguesas que tinham filhas para casar e encomendavam
227 já um enxoval, e eu fazia aquelas camas, ia lá levar. Mas depois com a doença do meu filho e
228 com a morte eu já *num* [não] *atinava* [pensava] bem. Às vezes até já fazia, já trocava as
229 encomendas. (Fala da perda de uma toalha para uma freguesa, minuto 13:25 -14:00, 1ª
230 gravação).

231 **E: Então após a morte do seu marido continuou a fazer, deixou de fazer...**

232 P: Depois disso já *num* [não] fazia. Já há muito que *num* [não] fazia. Trabalhava... Antes fazia
233 assim para outras, não fosse como eu ia. Já deixei de fazer porque dava muita canseira, tinha
234 de riscar, tinha de lavar, tinha de passar a ferro, já não tinha cabeça para isso. E tinha muita
235 vida, tinha os meus pais para olhar que estavam ...muito velhinhos e tive os meus filhos e
236 netos, e tinha tudo. Já num ia, já num ia, deixei de ir.

237 **E: E a nível da sua saúde notou alguma mudança?**

238 P: Não, a minha saúde é mais ou menos, até pelo contrário *num* [não] é mais ruim.

239 **E: É?**

240 P: Num... louvas Adeus, vamos indo. Ando sempre desta, não como assim coisas que me
241 façam... ah que me prejudique muito. Tenho cuidado, não como muito de cada vez, tenho de
242 comer assim um bocadinho menos, que não posso comer muito de cada vez, se não também
243 me faz mal. Também me sinto afrontada e então prontos vou andando, dentro... vamos indo, a

saúde foi pior em nova. Até em nova foi pior que tive uma úlcera, andei quase ano e meio só a comer dieta. Era um desconsolo, porque tinha de fazer o comer para os outros, e eu não podia comer a comida deles.

E: Não podia.

P: *Num* [Não] podia, olhe. Sabe como eu fazia? Comia a minha primeiro, tomava logo o remédio em cima que era para depois não tentar. Em antes de dar a eles, preparava a minha em antes enquanto andava a preparar a deles, e comia eu um bocadinho em antes de por a comida a eles. Nunca comia a quando a eles porque queria comer eu, eu gostava de batatas cozidas e tudo, que gostava tanto! Às vezes ainda deitava na sopa, perguntei ao sr. doutor se podia deitar uma batatinha na sopa e comer uma batatinha cozida, “ai. Não, não. Se for muito reladinha, muito reladinha com um *fiínho* [fiozinho] de azeite”. E eu então às vezes pegava e deitava assim uma batatinha a cozer na sopa e uma cenoura, e deitava só aquela batatinha para um prato e aquela cenoura, e depois é que relava a sopa. E comia aquilo e tomava uma malga (de) leite por cima ou a sopa branca. Às vezes andava enjoada da sopa branca, mas um bocadinho de salada é que nunca enjoei. Nunca enjoei de leite, tomava sempre...

E: Caia-lhe sempre bem. E nível económico, a nível financeiro, notou alguma diferença, após a morte do seu marido?

P: Não, não. Não senti diferença, porque é claro que agora *num* [não] trabalho. Mas sempre, bem uma reforminha maior, a minha reforma era muito pequenina mas veio um bocado da reforma dele. Não sei quanto, três partes ou não sei quê, e juntaram á minha. Que depois que ele morreu, a bem dizer nunca mais fiz nada, nunca mais ganhei dinheiro.

E: Pois.

P: Mas em antes ainda ganhava, mas depois que ele morreu já *num* [não] ganhei dinheiro. Depois estava, também dei um *tombo* [queda] muito grande, estive muito tempo, andei mais de um ano impossibilitada, com este braço ao peito. Com este braço em dois lados e *num* [não] podia trabalhar e depois também no trabalho... agora não há influência no trabalho como havia dantes. Hoje *num*[não]... mas a gente remedeia.

E: Vai, vai, estabilizando.

P: Vai, vai...

E: Como é que a D.^a A. fez ou faz para superar a dor, essa dor da morte do seu marido?

P: A dor vou espalhando. Vou confrontando com a vontade do Senhor.

F: Quando está mais aflita toma calmantes.

P: E [É] tomo calmantes.

E: Ai é?

P: Isso calmantes, já foi... quando foi do meu falecido, era o Valium, agora eu é o *Victac* [?]. Às vezes ao primeiro fechava-me acolá em baixo num, num anexo que acolá tenho, para ninguém me ouvir chorar. E chorava para lá sozinha, no primeiro tempo. Quando era do meu filho chorei muito tempo mas a cantar. Ainda podia cantar, agora não posso cantar, mas eu não canto bem, nunca canto bem, nem até *apanho* [decoro] bem as modas. Vou indo como posso, ia indo como posso, e então como tinha o menino (filho), cantava muito ao meu menino. O meu menino, era o meu menino, e cantava-lhe e a chorar, cantava – lhe a chorar.

E: Era uma forma que fazia para superar, para libertar essa dor.

286 P: Era, era isso.

287 **E: Do seu marido sentiu a necessidade de, de...**

288 P: Do meu marido, já não fazia tanta coisa, nem tinha meninos para cantar. Do meu filho tinha
289 as crianças, mas do meu marido já era tudo grande, já não tinha crianças para cantar. Olhe
290 chorava e metia-me acolá em baixo, num buraco que lá tem (risos) e chorava lá, *num* [não]
291 chorava alto, mas chorava muito. Ainda agora choro muito, ainda agora choro muito por eles,
292 meu amigo! É assim.

293 **E: Mas quando é que, quando é que sente que chora mais, é assim mais á noite? Ou em**
294 **qualquer altura.**

295 P: Não é. É durante a noite ou assim quando estou... se eu dormir... o calmante ajuda-me a
296 dormir. Mas o que é, (é) que às vezes também me ajuda a dormir também de dia e depois de
297 noite *espalho* [não tenho sono]. Sempre fui muito dorminhoca, saiba que sempre fui muito
298 dorminhoca. E às vezes... eu cheguei quase a cair quase dos bancos a baixo, está ali a minha
299 filha a trabalhar mas estava num banco mais baixinho. Agora quero cadeiras altas, porque
300 quero ficar encostada, porque antes trabalhava num banco baixinho. Às vezes punha-me a
301 torrar quase que caia, quase (caia) ao chão. Um dia a minha filha, a outra disse-me assim... Eu
302 já não me lembrava disso, já não me lembrava disso, eu sempre gostei muito de café. Mas
303 nem me lembrava de ir ao café porque aqui... agora já vão mas eu que nunca ia ao café...

304 **E: Não tomava.**

305 P: *Num* [Não] ia. Tomava café em casa, mas *num* [não] era forte!

306 **E: Sim.**

307 P: Até porque eu não podia tomar grande café forte. Mas a minha filha *uma* [numa] ocasião
308 disse-me assim: “oh mãe venha comigo ao café, venha cá vamos ao café”. Andava (filha) a
309 estudar, e (eu) estava em casa a tecer... ou... mas *num* [não] era domingo. Era um dia que não
310 *sabia* [sei]... fui ao café com ela vim para casa e *fez* [fiz]o dobro do trabalho, não me deu o
311 sono, fiz o dobro do trabalho “oh que *carago* que não me lembrava que o café tira o sono”.

312 **E: Pois, mas não acontece a toda a gente não é?**

313 P: Agora realmente, ah... comecei a fazer por ir mas tinha vergonha, porque por aqui ninguém
314 ia, era só homens que se via no café. Eu dizia ao meu *home* [homem] “eu tenho vergonha de ir
315 ao café, mas eu faço o dobro do trabalho e ganho o dobro do dinheiro ou mais” – (disse o
316 marido) “mas tu deves alguma *cousa* [coisa] a alguém?” era o que ele me dizia.

317 **E: Ele dizia o quê?**

318 P: “Deves alguma *cousa* [coisa] a alguém?” e eu disse: “não, não devemos nada a ninguém mas
319 eu tenho vergonha, que o povo aqui faz pouco das mulheres ir ao café” – “Vai á tua vida que
320 daquele lado... que daqui *num* [não] vão, mas daquele lado vai muita mulher” (disse o marido)
321 e ia. Ia muitas mulheres, até mais do que vou agora. Eu agora também nunca vou, porque
322 pronto desabitei-me de ir desde que ele morreu e... *Atão* [então] comecei a ir ao café
323 comecei a trabalhar mais. E eu... também agora já *num* [não]... com o remédio e tudo, ainda
324 vou dormindo mesmo de dia, vou dormindo aqui. Ainda que faça qualquer coisa é pouco coisa.

325 **E: Pois, sente mais necessidade.**

326 P: Às vezes estou aqui um bocadinho quente e o sono começa a vir, durmo mesmo de dia.
327 Agora quando durmo de dia, de noite durmo mais mal, já nessa *maré* [tempo] quando dormia
328 mais de dia, de noite dormia mais mal, às vezes até me levantava de noite para trabalhar.

329 Quantas vezes me deitava... se me senta-se logo... e podia, ah... dava-me logo sono e eu
330 dormia o primeiro sono, levantava-me trabalhava um bocado e depois *tornava-me* [voltava] a
331 *deitar* [deitar-me].

332 **E: A D.^a A. para superar essa dor sentiu a necessidade de por exemplo: de não dormir no**
333 **quarto, que era o vosso quarto? Ah... tirar alguns objetos. Como é que... sentiu essa**
334 **necessidade?**

335 P: Não depois vim cá para baixo e fiquei a dormir no quarto, onde dormíamos enquanto ele
336 aqui estava. Fiquei sempre a dormir na mesma cama, no mesmo quarto. Fiquei sempre a
337 dormir na mesma cama, a nossa cama do quarto de lá de cima.

338 **E: Pode falar (disse para a filha da senhora A.).**

339 F: O meu falecido pai quando ficou mais doentinho veio cá para baixo, viemos cá para baixo e
340 eu vivia lá em cima. Mas depois quando ele estava muito doentinho como ele chamava muito
341 de noite e assim eu também acabei por vir para baixo. Que era para... quando ele chamava...

342 **E: Esta casa... então a casa é sua?**

343 F: É, a casa é dos meus pais. Era dos meus pais.

344 **E: Ah era dos seus pais.**

345 F: Eu vivia aqui em baixo e eles viviam em cima.

346 **E: Ah já estou a perceber.**

347 F: E depois ele veio para baixo porque, que era para eu estar ah... quando ele estava doente,
348 chamava-me e eu vinha.

349 P: Era muito ruim, como ele ia muitas vezes ao hospital, era muito ruim de ir para o hospital.

350 F: Era.

351 P: Viemos cá para baixo.

352 F: Tínhamos de o levar e assim.

353 P: E eu fiquei sempre a dormir no mesmo quarto.

354 F: E a minha mãe ficou sempre a dormir no quartinho. É, tinha o quartinho... ela ficou.

355 **E: E ainda hoje dorme lá?**

356 F: Dorme! Mas eu tenho outro de vago.

357 P: Para *num* [não] chatear. Quando ele estava muito doentinho para *num* [não] chatear,
358 quando ele dormia um bocadinho eu às vezes ia para o sofá.

359 F: *Pá* [para] sala. Para a minha sala.

360 P: Para a sala.

361 F: Ela não queria ir para o outro quarto de vago porque *era* [ficava] mais longe dele. Esticava-
362 se no sofá da sala para ficar pertinho (do marido).

363 P: Era mais longe, e assim estava mais pertinho que ele chamava *muita vez* [muitas vezes]. E eu
364 ia... para 'morde'... sabe que uma pessoa *num* [não] gosta... (estar) à beira assim de uma
365 pessoa doente a mexer-se e, e...

366 **E: Era mais fácil sentia-se mais confortável assim e estar perto dele.**

367 P: Era mais fácil. Ia para o outro quarto.

368 F: Aí.

369 **E: Que estratégias é que a D.^a A. adotou ou adota para viver o seu dia-a-dia? Ou seja, como**
370 **procura viver o seu dia-a-dia? Para se distrair o que é que faz? O que procura fazer?**

371 F: Ler livros.

372 P: Muitas vezes leio aqui isto.

373 F: Ai livros de igreja, e...

374 P: Leio aqui isto, a oração da manhã.

375 **E: A oração da manhã. Faz, lê as orações da manhã da noite?**

376 P: Da manhã e agradeço a Deus. A minha vida a Deus... isso (livro que está) aí em cima.

377 **E: Todos os dias lê esta oração?**

378 P: Todos, todos não. Às vezes leio assim qualquer coisa, ah... Pai Nosso, Oh Senhora minha,
379 assim... coisas que sei de cabeça.

380 **E: Sim.**

381 P: Mas para ser bem *coisa* [precisa] era agradecer a nossa vida, a minha saúde, a doença, tudo.
382 Para que haja... paz no mundo, para que haja... pessoas com saudinha, que Deus dê pão a
383 todos e trabalho. Aqui (livro) diz tudo, tem aqui que diz tudo, tenho aqui *coisa* [coisas]... até as
384 orações, e tem a missa também. E mais é pequenino, ninguém diz o que ele tem, tem aqui...

385 **E: Tem muita coisa.**

386 P: Tem a confissão, o exame de consciência, a preparação para o casamento, a preparação
387 para o batizado, tudo. Tem tudo, tudo, tudo! Tem muita coisa.

388 **E: Lê isso e lê muitos livros não é? Quantos, quantos livros, na outra vez me disse que já leu?**

389 P: Ai *num* [não] sei. Uma ocasião... hui assim muita coisa. Sei que li um romance só, que tinha
390 80 livros de 80 páginas cada um. E eu li esse romance.

391 **E: Tinha 80 livros!?**

392 F: Ainda era solteira!

393 P: Ainda era solteira.

394 **E: Oitenta livros ou 80 páginas?**

395 F: Oitenta livros com 80 páginas!

396 P: Com 80 páginas cada um, mesmo. Era um senhor que andava *assina-lo* [comprava] todas as
397 semanas, todos os meses. Todos os meses vinha um, ele lia e trazia-me para eu ler.

398 F: Se calhar o livro era pequeno.

399 P: Era um livro... era do tamanho deste, mas tinha só 80 páginas, *num* [não] tinha tantas,
400 tantas, mas o tamanho dele era mais ou menos isto. O que este tem muita página *num* [não]
401 é?

402 **E: Sim. Esse tem mais páginas.**

403 P: Tem mais páginas e o outra era 80 e...

- 404 **E: E leu o romance todo.**
- 405 P: Li, todo, todo.
- 406 **E: Fora o resto dos livros que já leu, fora esse.**
- 407 F: É.
- 408 **E: De outro, sem ser desse romance. Já leu mais...**
- 409 P: Já li muitos, li da Rosa do Adro, li o de *Amor e perdição* [Amor de perdição], não sei se já
- 410 ouviu falar.
- 411 **E: Já, essa já. São muito antigos não é?**
- 412 P: O Romeu e Julieta. Li simplesmente Maria.
- 413 F: Ai filha, ela já leu... eu sei lá.
- 414 P: (Fala de uma historia de um livro, minuto 27:35-27:55, 1ª gravação). Li muitos livros como
- 415 lhe digo e histórias, *num* [não] é só livros! Histórias também, como a do João Soldado, a
- 416 história do João Soldado. Você, essa nunca ouviu falar nela?
- 417 F: Ah... ela sabe lá.
- 418 **E: Não, não conheço.**
- 419 P: Histórias...
- 420 F: Conta-lhe lá, ah mas você tem... *num* [não] pode.
- 421 P: Ela tem de ir á vida dela e aquilo leva tempo. Eu também já me engano em algumas quadras
- 422 *num* [não] é?
- 423 **E: Sim. Ai na outra vez disse-me uma. Uma quadra do Frei Armando da Câmara.**
- 424 Participante: (Diz o inicio da quadra, minuto 28:19-28:25, 1ª gravação).
- 425 F: Mas olhe, essa do João Solnado é que é de partir a moca a rir. Ela leu tudo. E sabe que ela
- 426 meteu na cabeça!
- 427 P: (Fala do fadista Armando da Câmara, minuto 28:30-28:45, 1ª gravação). E tenho acolá.
- 428 **E: O livro?**
- 429 P: Gravado.
- 430 **E: Ai gravado.**
- 431 P: (Volta a falar do Armando da Câmara 28:51 – 29:25, 1ª gravação).
- 432 **E: E a D.ª A. distrai-se assim, então a rezar *num* [não] é? A fazer as orações, a ler.**
- 433 P: É, é. A ler assim algumas coisas, *o que* [mas] não pode ser assim muito repetido. Não pode
- 434 ser sempre...
- 435 **E: Não pode ser sempre o mesmo.**
- 436 P: Sempre o mesmo.
- 437 **E: E em que é que se distrai mais? A ver televisão não é?**
- 438 P: Vejo televisão, agrada-me ver assim alguns... filmes. Alguns filmes, de guerra não! Num
- 439 quero! Não vejo filmes de guerra, ah... destas telenovelas. E é isso.
- 440 **E: Ainda... ás vezes ainda vai passear ?**

- 441 P: Não, não agora não vou passear que não posso andar. Só se for no carro com alguém mas
442 também poucas vezes não tenho grande disposição *dir* [de ir]. E depois *num* [não] cabemos
443 nos carros, todos têm filhos *num* [não] cabemos as duas.
- 444 F: Vai com a minha irmã, quando ela vai.
- 445 P: Às vezes vou.
- 446 F: Já tem ido a Lisboa, está lá uma sobrinha...
- 447 P: Já tenho ido a Lisboa a casa da minha neta, a que está lá. Está lá (a trabalhar) para
448 enfermeira, *num* [não] arranhou aqui perto.
- 449 F: Já tem ido 2 ou 3 dias lá em baixo.
- 450 **E: Ai é tem ido 2 dias ou 3...**
- 451 F: Sim!
- 452 **E: Ah isso é bom, é bom para si.**
- 453 F: É.
- 454 **E: Ah, que tipos de apoios físicos ou humanos a D.^a A. recebeu após a perda do seu marido?**
- 455 P: Não...
- 456 **E: Teve assim alguma ajuda, de alguém, pelo que estou a ver, teve apoio da sua filha.**
- 457 P: Dos filhos. Tive dos meus filhos.
- 458 F: É.
- 459 P: Foi os meus filhos.
- 460 **E: E a nível físico, económico? Teve da segurança social, não é?**
- 461 P: Foi o aumento da reforma mais nada. O aumento da reforma, é uma ajuda para a minha.
- 462 F: Está no direito dele!
- 463 P: Todos tem.
- 464 F: Todos tem um tanto, se não...
- 465 P: Todos tem, se não...
- 466 F: A dela era pequenina.
- 467 P: Era pequena para viver dela, era pequena. Era... 45 contos por mês.
- 468 **E: Pois é, naquela altura. O que é que a D.^a A. mais gosta e o que menos gosta de fazer**
469 **depois da perda do seu marido? O que sente que mais gosta?**
- 470 P: Eu por gostar, gostava de fazer muita coisa mas *num* [não] posso. Eu gostava de... até
471 trabalhar no quintal. Tomara eu fabricar o quintal se pudesse, se tivesse forças, *num* [não]
472 posso num trabalho. Num... tomara eu tirar ervas no jardim, derreio-me 'fico logo a morrer', 5
473 minutos é o máximo que posso ficar derreada. Fico logo das costas... as minhas costas ficam
474 uma miséria, porque eu tenho... É que pronto...
- 475 F: Sofre muito da coluna, não pode.
- 476 P: Sofro muito da coluna e do coração, se andar... se faço um bocadinho é, fico muito cansada
477 do coração.

- 478 F: Não pode fazer nada.
- 479 P: Eu não posso fazer nada, a bem dizer... se isso fosse o meu trabalho, até ainda trabalhava.
480 Sentada ainda faço assim umas coisinhas.
- 481 F: Aqui a sentadinha é onde ela passa o dia.
- 482 P: Às vezes ainda faço assim umas coisitas.
- 483 **E: Uns bordadinhos.**
- 484 F: *Pras* [para as] netas. Olha faz para as netas.
- 485 **E: Faz uns paninhos não é?**
- 486 P: Às vezes ainda faço assim umas coisinhas.
- 487 **E: Está muito gira.**
- 488 P: Às vezes ainda faço assim umas coisinhas aqui assentada. Mas isto leva muito tempo que
489 isto é muito trabalhoso.
- 490 **E: Pois.**
- 491 P: Já este é menos trabalhoso (mostrou o pano).
- 492 **E: Qual o crivo?**
- 493 P: Este, este. Isto... Ninguém diz o trabalho que isto tem. Leva muito (tempo), é preciso talhar,
494 marcar, tudo, tudo. Carreiro por carreiro.(Fala como se faz o pano, minuto 03:15-03:25, 2ª
495 gravação). Mas pronto eu às vezes quando tenho um retalhinho [um pequeno pano] eu
496 aproveito.
- 497 F: É para se entreter para dar às netas.
- 498 P: É.
- 499 **E: Mas dessas coisas todas, do que mais gosta de fazer? Do que faz, o que mais gosta?**
- 500 P: Eu faço o que...
- 501 F: Gosta mais de ler.
- 502 P: É. Do que eu gosto mais é de ler.
- 503 **E: É?**
- 504 F: É.
- 505 P: O que eu gosto mais é de ler.
- 506 F: Se for coisa que lhe interesse é que ela adora.
- 507 P: Se for coisa que me interesse...
- 508 **E: A D.ª A. costuma ir á missa ?**
- 509 P: Não, agora já *num* [não] vou. Agora só se me levar de carro.
- 510 **E: É que vai.**
- 511 P: Se ninguém me levar de carro. Às vezes quando cá estava a... leva-me de carro se não
512 estiver a chover muito e frio, eu vou. Se já estiver frio de mais já *num* [não] vou. Tenho medo
513 de me arrefecer os pés e eu fico logo constipada, começa-me logo a doer a garganta. Olhe este

- 514 inverno doeu-me quase tudo no inverno. Quando eu estava em outubro, que eu estava para
515 tomar a injeção, a vacina...
- 516 **E: Sei.**
- 517 P: Nem a pude tomar. Deu-me para a garganta e para os ouvidos... ah... andei... até me canso a
518 falar sabe?
- 519 F: Já está a falar muito, já está cansada.
- 520 P: É.
- 521 **E: Também já estamos a terminar.**
- 522 P: Ah, fui, fui, á farmácia comprei remédio da tosse, tinha muita tosse. (Fala da constipação
523 04:38-05:46, 2ª gravação)
- 524 **E: E D.ª A. o que menos gosta de fazer?**
- 525 P:(Risos). Olhe sabe o que menos gosto e sempre gostei menos, foi de fazer o comer.
- 526 **E: Ai é ? (riso)**
- 527 F: *Num* [Não]faz.
- 528 P: *Num* [Não] gosto de fazer. Antigamente fazia, que eu fazia, fazia para muita gente. Às vezes
529 fazia o comer para muita gente.
- 530 F: É.
- 531 **E: Mas nunca teve esse gosto.**
- 532 P: Nunca tive o gosto de fazer o comer, *num* [não]... tive. Porque também há uma coisa, há
533 uma coisa o meu marido era muito esquisito na boca, e se havia de ter de dizer. Se não (lhe)
534 soubesse bem que andasse doente dizia sempre que eu não fazia nada que presta-se.
- 535 F: (Risos).
- 536 P: Eu ficava desconsolada.
- 537 F: E era por isso que ela num gostava...
- 538 P: Ainda pouco antes de morrer o... se fosse dois meses. Fizemos aqui eu já nem sei o que foi
539 sei que ele não podia comer que estava mal, “também não presta! Quem foi que fez isto?
540 Foste tu!” e eu até *pra* [para], *pra* [para]... *pa* [para] ver o que ele dizia até disse “por acaso fui”
541 – e diz ele: “*num* [não] parece, não fazes nada que preste”. Coitadinho desconsolava-me a
542 vida, até era a coisa que me desconsolava mais.
- 543 **F: Era sempre.**
- 544 **E: Oh D.ª A. como é que era**
- 545 P: Não era sempre.
- 546 F: Oh mãe era.
- 547 P: Era, era por estar mal pronto.
- 548 F: E todos são assim oh.
- 549 P: E eu disse: “por acaso num fui eu desta vez és tu que estás mal, foi a tua filha”. Ele gostava
550 muito da comida dela.
- 551 **E: É...**

552 F: Estava habituado.

553 **E: Oh D.^a A. como é que era a vossa relação? A sua relação com o seu marido?**

554 P: Ai era boa, graça de adeus. Graça de adeus era boa. Às vezes resmungávamos... ele era
555 muito nervoso! Não podia ver que os filhos *estragasse* [estragassem] qualquer coisa, berrava
556 sempre comigo, que eu era a culpada e assim. Eu às vezes até ia... era quase sempre no quintal
557 que ele me insultava, por causa deles. “Eles fizeram isto! Isto está assim! Andava aqui tudo...
558 as galinhas” a mandar vir disto e daquilo (dizia o marido): “num tens cuidado” - “*home*
559 [homem] cala-te, mata 7 enterras 14, cala-te!” (dizia a D.^a A.), e vinha para dentro, já quando
560 vinha para dentro vinha a rir-se...

561 **E: E passava assim.**

562 P: E passava assim. Não num, não tenho escândalo, não tenho escândalo. Era só aquela coisa...
563 que ele era muito nervoso, e se alguém fizesse alguma coisa de mal ele culpava-me a mim. Era
564 isso.

565 **E: Pronto D.^a A. muito obrigada por partilhar estes assuntos delicados.**

566 P: Oh Ar. (filha) está na hora do café, vamos fazer um café.

567 F: Vou fazer um cafezinho.

568 **E: (Risos)**

569 P: Um cafezinho para *morde*...

570 **E: Muito obrigada por ter partilhado isto comigo...**

571 F: Vamos lá.

572 P: A menina (entrevistadora) vai tomar um cafezinho, deixe-se estar um bocadinho.

573 **E: Sim eu... agradeço.**

574 F: Vamos lá. Eu faço.

575 P: Então vai *atão* [então]. Poe-lhe aqui o...

576 **E: Obrigada por ter colaborado neste... neste meu estudo.**

577 F: É.

578 P: Ora bem mas não é obrigatório mandar para lá nada pois não?

579 F: Não. Isto é só para você ler o que ela...

580 **E: É só uma folhinha de informações só para si. Não tenho mais nenhuma pergunta a fazer,**
581 **mas a D.^a A. tem assim alguma questão que queira fazer? Se quiser...**

582 P: Não... acho que já disse o que tinha a dizer.

583 F: É, ela já perguntou. O que ela quer é que lhe corra tudo bem.

ID5

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante; F: Filho

1 **E: Sente-se, neste momento, em luto?**

2 P: Em luto?

3 **E: Sim.**

4 P: Luto sim, ando de luto.

5 **E: Como é que se tem sentido?**

6 P: O luto?

7 **E: Sim.**

8 P: Sinto-me triste porque não gosto da roupa preta, e ele também não gostava. Mas para
9 agora ando em luto, há pelo menos um ano que ando.

10 **E: Mas a forma, como é que se sente em relação à perda do seu marido. Como é que se sente**
11 **por dentro?**

12 P: Por dentro sinto-me triste, muito triste.

13 **E: Eu gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, já era**
14 **daqui, já era de cá?**

15 P: Não vivia cá. Só depois de casar fiquei em casa do meu pai uns dois ou três anos e depois
16 vim para aqui e fiquei sempre aqui. Fiquei aqui até agora.

17 **E: Pode dizer como conheceu o seu marido? Foi o seu primeiro namorado?**

18 P: Não. Tive vários namorados e aquele foi o que me agradou mais e casei com ele. Até aí *num*
19 [não] saía de casa. Fui... ele passou lá (na casa do meu pai) que andava em trabalho. Foi falar
20 com um senhor e passou lá por minha casa e veio mais o meu irmão. O meu irmão veio lá a
21 casa e ele *veu* [veio] *támém* [também] e eu estava lá. Ele não me conhecia, mas quando me viu
22 pronto, nunca mais...

23 **E: Foi aí, o clique (risos).**

24 P: Sim, foi. *Comesemos* [começamos] a falar um com o *oitro* [outro] e olhe em meio ano... E
25 falava com outro, mas o outro lá ficou para trás e aquele... Aquele em pouco tempo, *prai* [para
26 aí] meio ano, 9 meses *casemos* [casamos].

27 **E: Pois. E como é que era, como é que era a vossa relação? Como é que vocês eram?**

28 P: Dava-me muito bem com ele. Dava-me muito bem com ele.

29 **E: Partilhavam muito, falavam muito?**

30 P: Não é que ele falasse muito. Falávamos pouco, mas guardava-me muito respeito, tinha uma
31 boa vida também, que era da *brigada* [polícia]. Quando ele começou a falar comigo... a casa
32 (do meu pai) era velhinha, não era muito velha... Mas eu estava a criar dois sobrinhos e viu-me
33 muito bem arranjadinha, muito limpinha, estive lá dentro de casa via muito limpinha. Diz ele:
34 “Alto, está ali uma boa mulher”, agradou-lhe.

35 **E: Agradou-lhe.**

36 P: Desde aí... falava com outro... e pronto ficou ele, o outro ainda se irritou todo. Já falava para
37 o outro há muito tempo, mas o outro, eu falava com ele mas nunca me apaixonei por ele.

38 **E: Não havia nenhum sentimento.**

39 P: Não. Era um... havia sempre... pronto. E ele em pouco tempo (risos).

40 **E: Em pouco tempo não é? O outro já conhecia há mais tempo...**

41 P: Já... Ele já tinha ido para guerra, para a Guiné, antes falou comigo e depois foi para a Guiné.
42 Depois *veu* [voltou], falou comigo, queria-se casar e tomar conta de um café, para eu ir, e eu
43 não, não, nunca... pronto. Não era o marido ideal. E o meu marido lá fui.

44 **E: O que é que o seu marido tinha de especial? O que lhe agradou?**

45 P: O meu marido?

46 **E: Sim.**

47 P: Era muito boa pessoa, depois falava com educação. Uma vez, não sei se foi a P. (filha), que
48 era pequenita e falou: "Filha da [palavrão]". Aí e ele disse-lhe: "Que seja a última vez que dizes
49 isso à tua mãe. Que seja a última vez". Dava-se muito ao respeito.

50 **E: O que é que vocês faziam para se divertir? Como é que passavam o tempo? A D.^a F. e o seu**
51 **marido...**

52 P: Num...

53 F: Passeavam muito.

54 P: Passeávamos muito, íamos sempre onde eu dissesse: "Vamos a casa do meu irmão e lá
55 estava logo; vamos a casa da minha cunhada e lá estava logo". Todos os domingos saíamos.
56 Depois (ele perguntava-me): "Queres ir almoçar fora?". Lá íamos nós, dávamos muitos
57 passeios. Tinha muitos almoços, como era da guarda. Depois tinha uns amigos de quando era
58 da tropa e também ia. Eu às vezes dizia: "Aí eu não vou". Eu dizia sempre para não marcar o
59 meu lugar que eu não ia. (Ele dizia): "Tu para a *maré* [altura] vais. Tu para a *maré* [altura] vais".
60 Mas lá dava o meu nome e o dele para irmos. Era assim sabe.

61 **E: Ainda passearam muito.**

62 P: Aí *passeemos* [passeamos] muito.

63 **E: Divertiu-se muito. Em que é que trabalhavam? A profissão de cada um, como é que era?**

64 P: A minha era doméstica...

65 **E: Fazia as lidas da casa, não era?**

66 P: Era... e ele era da polícia, da brigada da câmara.

67 **E: E a D.^a F. tratava de todas as lidas de casa?**

68 P: Tratava de tudo...

69 **E: Mas se calhar havia coisas que o seu marido, tratava...**

70 P: Ele ajudava a fazer alguma coisa...

71 F: Era mais aqui o *quintalzico* [quintal].

72 **E: Fale-me... Falando um pouco do que sentiu após a perda do seu marido. O que a D.^a F.**
73 **sente que mudou na sua vida, após a perda do seu marido?**

- 74 P:
- 75 O que mudou?
- 76 **E: Sim.**
- 77 P: O que mudou. Num notei, só em casa... e não poder fazer trabalho nenhum, só isso.
- 78 Gostaria de ficar em minha casa, mas se tivesse saúde.
- 79 **E: Acha que mudou alguma coisa, por exemplo no relacionamentos com os seus amigos? A**
- 80 **forma como estava com os seus amigos. Alterou alguma coisa? Abocado até me estava a**
- 81 **dizer que se calhar antes não estava tanto com as suas amigas, não é?**
- 82 P: Não... Quer-se dizer, não me importava tanto de falar com vizinhos. Mas agora quando
- 83 estou dentro de casa e fico aí e fala ali a vizinha ou anda ali a varrer, eu abro a porta para falar
- 84 com ela, dar duas falas. E quando tinha (o marido) não, estava na minha vida, não ligava tanto.
- 85 Se falasse falava, se não falasse ficava assim.
- 86 **E: O que é que mais sente que mudou na sua vida? Acha que a sua saúde mudou?**
- 87 P: A minha saúde mudou, cada vez pior. Depois também caí ali pelas escadas abaixo... então é
- 88 que foi.
- 89 **E: Foi agora ao pouco tempo, não é? E a nível económico sentiu uma grande mudança?**
- 90 **Porque às vezes como se tem marido, ajuda a suportar as despesas. Sentiu que houve assim**
- 91 **uma grande diferença a nível económico, mudou muito?**
- 92 P: Como? Não compreendi bem
- 93 F: Se a nível de dinheiro, se mudou muito.
- 94 P: O dinheiro?
- 95 **E: Sim.**
- 96 P: Continua na mesma, não sinto mudança. Também tenho o apoio dos filhos.
- 97 **E: Tem sempre o apoio dos filhos.**
- 98 P: Tenho, tenho. Tenho uma filha que está longe, e só este (filho) está aqui, que tem o trabalho
- 99 todo, *num* [não] é?
- 100 **E: Durante esta mudança de vida, sentiu que aprendeu algo de novo?**
- 101 P: Eu?
- 102 **E: Sim.**
- 103 P: Não, não há mais nada para aprender (risos), já estou com a cabeça...
- 104 **E: Há pessoas que se põe a aprender alguma coisa, para se distraírem ou quê. Então podia**
- 105 **acontecer isso.**
- 106 P: Não.
- 107 **E: O que é que a D^a. F. fez ou neste momento faz para superar da dor que sente?**
- 108 P: Como faço?
- 109 **E: Como faz para passar a dor que sente, pela perda do seu marido?**
- 110 P: É aguentar. É aguentar a dor *num* [não] é?
- 111 F: O que é que faz, para distrair, ou assim.

112 P: Para distrair começo, às vezes, a cantar.

113 **E: É?**

114 P: A cantar, ali, o Avé Maria, o mês de maio (risos), o 13 de maio...Olhe às vezes nem sei o que
115 digo. É para distrair, sabe?

116 **E: Reza muito?**

117 P: Olhe, às vezes começo a rezar e acabo por adormecer ou distrair-me se andar a fazer
118 alguma coisa. Às vezes digo assim, vou rezar um bocadinho, começo a rezar, mas depois já faço
119 outra coisa, já... lá passa. Depois torna a vir outra vez... e é assim.

120 **E: Que estratégias é que a D.^a F. utiliza para viver no dia-a-dia? No fundo é como já disse,**
121 **como se vai distraindo. Vai estando... tenta sair de casa?**

122 P: Não...

123 **E: Tenta ver televisão? Como é que faz para se distrair?**

124 P: Tento me distrair, vejo um bocado de televisão... Não tenho interesse em sair por não
125 poder, por causa da minha saúde. Se tivesse saúde eu preferia ir para casa dos meus irmãos,
126 para distrair um bocadinho, *num* [não] é? Mas assim *num* [não] tenho... não posso ir, porque
127 não tenho equilíbrio para andar por lá. Nem me seguro, assim parada de pé não me seguro.
128 Não tenho equilíbrio. Então prefiro não sair de casa.

129 F: Às vezes vai até minha casa, ou vai até a casa da minha irmã passar uns dias.

130 **E: Pois porque esteve duas semanas em Lisboa, não é?**

131 P: Sim, em Lisboa. Fui a Lisboa mas estava sempre dentro de casa, ela (filha) ia trabalhar e eu
132 ficava sempre dentro de casa. Ainda fui passear, e não tinha vontade de ir.

133 **E: Pois.**

134 P: Mas até adorei ver a minha neta lá no cavalo a dar aquelas voltas e na... naquela, nos patins.
135 Até adorei *num* [não], mas tinha que estar lá sentada, estavam lá pessoas de pé. Mas eu disse
136 que de pé não poderia estar, e eles trouxeram-me (uma) cadeira para eu (me) sentar. Porque
137 não tinha forças para estar de pé.

138 **E: A D.^a F. faz parte de algum grupo daqui da freguesia, da igreja, ou assim?**

139 P: Não.

140 **E: Que tipo de apoios físicos ou humanos teve quando o seu marido faleceu? Que tipo de**
141 **ajudas é que teve?**

142 P: Ajudas?

143 **E: Sim.**

144 F: A nível físico.

145 **E: Se calhar teve a nível económico da segurança social, aqueles apoios, não é? E se calhar,**
146 **como disse agora, o que recebe de apoio humano, se calhar no fundo é ajuda dos seus**
147 **filhos...**

148 P: Os meus filhos é que me ajudam...

149 **E: E o seu filho vem cá todos os dias?**

150 P: O meu filho vem cá todos os dias...

151 **E: E ajuda no que é preciso.**

152 P: Ajuda, mas coitado tem a vida dele e anda a gastar gasolina para cima e para baixo. E o
153 dinheiro não sobra a ninguém pois não C. (filho)?

154 **E: Sobrar não sobra (risos). D.ª F. continua a fazer, a cozinhar e a fazer as lidas de casa**
155 **sozinha?**

156 P: Às vezes vou comer a casa dele (filho) outras vezes faço para mim e como. Faço para mim
157 como posso.

158 **E: O que é que a D.ª F. mais gosta de fazer? Após a perda do seu marido o que é que sente**
159 **que mais gosta de fazer no seu dia a dia ?**

160 P: Faço o que poder.

161 **E: Tem assim alguma coisa de que gosta mais?**

162 P: Não... O que faço é arrumar, para não ver desarrumado, arrumo a loicinha, arrumo a
163 caminha, toda arrumadinha. Às vezes com muito custo, mas lá vou fazendo. Arrumo o
164 quartinho, arrumo a cozinha. Não gosto de deixar a louça de noite para de manhã, não, não
165 gosto. Gosto de deixar tudo limpinho, às vezes ainda me custa, às vezes vou sentar no sofá e
166 depois torno a por (-me) de pé e vou acabar de arrumar, antes de me deitar. Gosto da casinha
167 arrumada, toda a vida gostei. Mas não é porque posso, agora com o problema da coluna tenho
168 às vezes tenho que me ir sentar, depois ponho-me a pé e vou acabar de fazer.

169 **E: Vai fazendo aos poucos não é.**

170 P: Sim, aos pouquinhos.

171 **E: O que é que sente... O que é que menos gosta de fazer?**

172 P: Eu gosto da fazer tudo. Gostava. Agora é não poder, mas eu toda a vida fui desenrascada.
173 Criei dois sobrinhos, os meus dois filhos e nada me custava. Não havia obstáculo que se
174 pusesse à minha frente, fazia qualquer trabalho. Um dia quando andei a fazer aqui a minha
175 casa, eu pegava em quatro tijolos, havia um miudito que trazia um de cada vez. Mas eu era
176 forte, não era grande, mas era forte. Pegava em quatro, dois de cada lado, daqueles tijolos,
177 não eram muito pesados, que era de telha, mas trazia quatro de cada vez. E o rapazito era um
178 de cada vez, para passar o tempo. Quando andávamos a fazer a casa eu trabalhava *fazia*
179 [cultivava] ali um campo, um campo grande [impercetível]. Mas eu gostava, adorava de manhã
180 até ao meio dia era... era, trabalhar no campo. Trabalhava e assim... depois ia fazer o almoço,
181 eles também andavam na escola, e eu fazia o almocinho depois ia lá trabalhar.

182 **E: Eu há bocado não perguntei, como é que surgiu o problema do seu marido, foi um cancro**
183 **no cólon, não foi?**

184 P: Sim foi um cancro no intestino.

185 **E: E como foi isso? Já...**

186 P: Como foi olhe...

187 **E: Foi assim muito de repente?**

188 P: Foi fazer um exame e depois acusou. Mas ainda estava muito atrasado. Foi logo fazer uns
189 exames à Clipóvoa (clínica privada), nem esperou pela médica de família. Foi logo lá ao
190 médico, o médico marcou logo para ser operado. Depois (foi) operado umas duas ou três
191 vezes. Foi operado uma vez e ficou muito bem, até ao casamento do filho, com se nada fosse,
192 andava mesmo bem. Depois a barriga começou a inchar, a inchar, foi outra vez ao médico,

193 teve que ser outra vez operado. Depois ainda foi outra vez, não foi? (pergunta ao filho). Depois
194 começou a ter dores, muitas dores, foi outra vez operado porque, o que haviam de ter
195 cortado, não cortaram... Faz de conta, cortaram o filho e ficou o pai.

196 **E: Ele esteve acamado em casa?**

197 P: Esteve.

198 **E: Quanto tempo é que esteve?**

199 P: Ora ele esteve desde os Santos, até falecer. Ora os Santos era...

200 V: *Prai* [para aí] há meio ano.

201 P: Dos Santos até maio ou junho? (pergunta ao filho).

202 F: Maio.

203 P: Desde os Santos que ele esteve acamado. Quando acamou mesmo de vez foi no dia de
204 Páscoa. No dia de Páscoa já não foi beijar o Senhor. Até aí, ainda estava aqui sentadito, depois
205 desse dia é que nunca mais se pôs em pé. Mas fizemos tudo por ele, por tudo.

206 **E: A D.^a F. estava cá sozinha a tratar dele?**

207 P: Não, estava o meu filho e estava a minha cunhada, e eu. Mas eu podia pouco, já naquela
208 *maré* [altura]... ele deitava-se abaixo da cama, queria-se sentar, mas se não o segurasse caía.
209 Nós para não o deixarmos cair, nem de noite nem de dia, nós não dormíamos nada. Estava
210 sempre alguém ali, e quem esteve mais ali era este (filho). Tinha o intestino ligado a um saco,
211 depois que foi operado a segunda vez ficou com o saco e nunca mais teve alegria, sentia-se
212 triste, muito triste. Ainda lhe dava muito conforto, dizia-lhe: “Deixa lá, olha que o médico disse
213 que ao fim de meio ano voltava a colocar o intestino, e depois *sara* [cura] ” a tentar dar-lhe
214 conforto. Ele dizia: “Ai estás a dizer isso...” – “Não estou...” (respondia a D.^a F.). Mas lembrava-
215 me não era? Estava sempre aquela esperança. Mas daí nunca mais ficou alegre como era. Deus
216 quis levá-lo e foi a vontade dele, a vontade do Senhor.

217 **E: Pronto, muito obrigada D.^a F. por ter partilhado estes assuntos que são delicados, por ter**
218 **partilhado comigo. Pronto chegamos ao fim da conversa e quero agradecer-lhe a**
219 **disponibilidade que teve em colaborar no estudo. Não tenho mais nenhuma pergunta a**
220 **fazer, a não ser que a D.^a F. queira fazer alguma questão.**

221 P: Não...

ID6

E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: A L. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Eu não sei o que isso quer dizer. A menina que me explique.

3 **E: Se sente aquela falta, aquela tristeza...**

4 P: Ai, isso sinto, sinto.

5 **E: Se sente aquele luto... Não é a questão da roupa não é, pois há muita gente...**

6 P: Eu sei, eu sei. Eu compreendo.

7 **E: É mesmo aquele sentimento... Pensa muitas vezes... Como é que é esse luto na L.?**

8 P: Eu penso... O que me faz falta, para ir a qualquer lado, para isto, para aquilo, até para estar a
9 comer... estou ali sozinha. É nessas coisas que eu sinto mais, está a perceber? Não sei se serve
10 ou não a resposta...

11 **E: Sim, sim. Tudo o que a L. disser, está bom. Ah... L. gostaria que me falasse um pouco
12 acerca de si, da sua vida, das suas origens... o que é que fazia para se divertir, isto antes de
13 perder o seu marido. Como é que...**

14 P: Pois. Para me divertir, era só trabalhar. Só tivemos uma coisa muito boa, que ele ficou tão
15 contente... quando fomos a Israel, fomos dar esse passeio. Fui eu mais ele, depois eu contava
16 de irmos a Roma, e depois (ele, meu marido) adoeceu... Já tinha bilhete para ir, porque ele não
17 era de ir assim, para festas nem nada, nem de ir comer fora, não era nada dessas coisas. E eu
18 também, olhe habituei-me naquilo, também era como ele. Está a perceber? Os
19 divertimentos... só se fosse, (ir) a uma *posição* [procissão], ou fosse assim, a qualquer lado...
20 dessas coisas. Agora para bailaricos, e para andar no meio de tanta gente, ele *num* [não]
21 gostava.

22 **E: Não saiam muito.**

23 P: Não, não, não.

24 **E: A L. já era daqui e o seu marido também?**

25 P: Éramos. Eu morava aqui, e ele morava aqui em baixo. Sabia, *num* [não] sabia?

26 **E: Não, não sabia.**

27 P: Eu era aqui, ele era ali na casa da L., da minha cunhada que faleceu.

28 **E: Ah. É pertinho.**

29 P: Era.

30 **E: E como é que foi? Foi o seu primeiro namorado, como é que se conheceram...**

31 P: Não, não foi. Foi... Olhe eu primeiro namorei... com um que era da Lixa, depois namorei com
32 um de acolá, parece que era da Figueira, mas isso foi pouco tempo. Era só na brincadeira, a
33 gente era *novica* [nova], comecei a namorar cedo. Era só na brincadeira. Depois também
34 namorei... dantes, os meus pais não deixavam namorar, a gente era só assim, a refugiada.
35 Depois namorei *cum* [com um], esse ainda namorei *praí* [para aí] um anico [ano] de Santa
36 Amaro. Depois namorei também com um, que era o chaveiro. A menina *num* [não] conhece.
37 Namorei com ele *praí* [para aí] um anico [ano], mas isso já era... A gente antes (namorava) era

38 por cartas, depois passava-se aqui, ou ali, dava *duas de treta* (conversávamos). Depois este
39 veio, era de perto, ficou sempre, acabou.

40 **E: Mas, como é que foi o vosso namoro? Como é que...**

41 P: Como é que começou?

42 **E: Sim.**

43 P: Olhe, eu nunca mais, me *esqueceu* [esqueci], eu estava ali... A menina (entrevistadora) sabe,
44 que a gente passava ali a ferro... E foi um (dia) por São Sebastião, ele foi lá, entrou assim
45 dentro... até já nem me lembro se já tinha falado comigo. Decerto já... fala de confiança,
46 percebe?

47 **E: Pois.**

48 P: Foi assim dentro (da sala) e disse: “Não queres vir à festa?”, digo-lhe eu assim: “Não!”. Não
49 queria ir a festa nenhuma, porque os nossos pais não deixavam, se não, em solteira gostava de
50 ir. Diz ele: “Eu vou!”, foi e depois trouxe-me... parece que foi cavacas e decerto foi aí, que a
51 *coisa* [o interesse] ficou assim (risos). Não sei, até porque começamos a falar mais com
52 confiança, porque dantes era assim. O namorar era muito diferente, as coisas viviam-se na
53 mesma, e a gente fazia as coisas na mesma, mas não era da mesma forma que é agora. Agora,
54 não presta para nada.

55 **E: É tudo rápido.**

56 P: E quer que lhe diga? Eles agora não casam, e nem é preciso. Não precisam porque começam
57 a namorar 2 ou 3 domingos, já estão casados... Mas é, pode querer. Eu casei, tinha 20 anos.

58 **E: E começou a namorar com que idade?**

59 P: Sei lá, tinha *prai* [para aí] 14 ou 15 (anos).

60 **E: Ah.**

61 P: Aquele que morava na Lixa, a gente ia lá muita vez, ele estava nas bombas de gasolina, ele
62 pedia a outro, ele (amigo) ficava lá. Ele (namorado) vinha, dava *duas de treta* (conversávamos),
63 pronto. Aqui parece-me que só *veu* [veio] uma vez. E pronto era assim (risos).

64 **E: Como era a vossa vida, a sua e deste? Pronto, entretanto casaram-se não é?**

65 P: Pois...

66 **E: Ah... como é que era a vossa vida?**

67 P: Era trabalhar, como disse à menina.

68 **E: Ele trabalhava em quê L.?**

69 P: Era em casa.

70 **E: Também nos bordados?**

71 P: Eu tinha uma mercearia... a minha falecida sogra, a sua mãe *conhece* [conheceu], mas a
72 menina não. Tinha uma mercearia, e ele é que estava na mercearia mais a mãe, *num* [não] é? E
73 ajudava (-me) também aqui, nos bordados, ajudava a riscar e a *bornir* [passar a ferro]. Depois
74 casámos, montamos outra maneira de negócio, porque ele contava... até nem sei se já tinha
75 arranjado para ser (taxista)... para um carro de praça.

76 **E: Ah.**

77 P: Mas depois casámos, tivemos sempre muito que fazer, era isto. Era isto a nossa vida.

- 78 **E: Ficaram os dois nos bordados, aqui.**
- 79 P: Não foi aqui. Foi no Rando (zona da freguesia). Não sabe onde é o Rando?
- 80 **E: É ao pé daquelas casas antigas, não é?**
- 81 P: A estrada passa assim (indica), são aquelas que estão em baixo.
- 82 **E: Já sei, já sei.**
- 83 P: Nós morávamos lá, tínhamos lá a mercearia.
- 84 **E: E depois é que vieram para aqui, então?**
- 85 P: Pois, depois viemos para esta casa, que o meu falecido pai arranhou-nos. Arranhou-nos isto, a
- 86 gente comprou.
- 87 **E: E depois tiveram então, quê 3 filhos?**
- 88 P: Três meninas. Uma a M. L. faz diferença *prai* [para ai] 18 meses da outra, não sei. Olhe, a
- 89 minha M. L. nasceu dia 1 de agosto, dia 1 de agosto, dia 18 de agosto foi o meu marido! E a
- 90 minha L. nasceu em 21 de maio, não chega a dois anos pois não? Não chega a 2 anos...
- 91 **E: Nem, nem... é para ai 1 ano e pouco.**
- 92 P: Depois a minha S. é que demorou 12 anos a vir.
- 93 **E: Doze? Já foi mais tarde...**
- 94 P: Já. E eu dizia assim: “Oh S. não vestes as roupas das tuas irmãs, nenhuma, nem nada...” –
- 95 “Oh minha mãe, eu não tenho culpa de ter nascido noutra tempo”. Já era novita já...
- 96 **E: E já respondia.**
- 97 P: “Eu não tive culpa de nascer noutra tempo” (dizia a filha). Já faz muita diferença de idades
- 98 (das outras irmãs).
- 99 **E: Olhe como é que era a vossa relação, a sua e do seu marido?**
- 100 P: Era boa. Nós *dávamos* [dávamo-nos] bem, havia sempre assim umas coisas, sabe como é...
- 101 **E: Normais de um casal.**
- 102 P: Eu até ficava mais zangada com ele.
- 103 **E: Ele não ligava?**
- 104 P: Ligava, às vezes dizia. Sabe como é... às vezes, dizia coisas que eu *num* [não] gostava. E eu
- 105 ficava mais sentida, percebe, e ele não, ele não ligava nenhuma. Mas eu também, nunca lhe
- 106 dizia assim... olhe, porque eu não gosto. Eu não gosto...
- 107 **E: Não dizia coisas muito feias.**
- 108 P: Não, não. Nem gosto. Nem gosto de ouvir as mulheres a dizer, e a chamar nomes. Não!
- 109 Nunca. Eu *em dizer* (por vezes dizia): “Olha vai à merda” ou isto, ou aquilo, fora disso, mais
- 110 nada.
- 111 **E: Saia aquilo assim.**
- 112 P: É, também é preciso que haja respeito, não é?
- 113 **E: E isso, havia entre vocês os 2 não é?**
- 114 P: É, também não gostava de certas coisas.

- 115 **E: E como é que era... Ele ajudava-lhe assim no dia-a-dia, na ajuda de tarefas?**
- 116 P: Olhe, eu... De inverno lavava-me sempre a louça por causa das frieiras, agora até estou
117 melhor, tenho *chegado* [colocado] remédio.
- 118 **E: Eu às vezes também tenho.**
- 119 P: Olhe, eu ainda devo ter marcas, eu já tive tudo, tudo em ferida, este ano. E nem sei... agora
120 até estão bem boas, mas ando a *chegar* [colocar]. Também tem a menina?
- 121 **E: Costumo ter.**
- 122 P: E o que lhe disseram?
- 123 **E: Eu tenho lá uma pomada, mas nem sei o nome dela. Mas este ano tive poucos, foi duas**
124 **que ganhei. Mas já ganhei mais.**
- 125 P: Mas, olhe, quando ganhar... há uma pomada, como é que se chama? Chama-se
126 'Madamudeti', é 'Madamudeti' *ponha aí* (escreva). Não há coisa melhor, eu tenho lá em cima,
127 e depois vou-lhe mostrar.
- 128 **E: Eu depois já vejo.**
- 129 P: Eu fui à farmácia, e trouxe. Não há nas farmácias, sabe. Não há nas farmácias. Eu fui à
130 farmácia, e trouxe uma que custou quase 10 euros, tenho lá dentro, mas *chegava* [colocava]
131 uma vez daquela, outra vez *doitra* [de outra]. Mas aquela faz melhor, e a outra custou 3,50 €.
132 Olhe, vende na sapataria na Lixa, na sapataria Albano, vende lá essa pomada, e uma
133 mulherzinha que passa aqui às quartas-feiras, onde anda a filha da Q. Foi aí que comprei, a
134 essa mulher.
- 135 **E: Mas então, falando no que ele lhe ajudava. No inverno...**
- 136 P: No inverno, lavava-me sempre a louça que eu não podia, e do resto... Arrumar a loja, isso
137 era uma maravilha, o resto das outras coisas não gostava. Pronto. No quintal aquilo era...
138 estava sempre no quintal, a fazer tudo.
- 139 **E: Ele gostava do quintal?**
- 140 P: Oh, se gostava! Tantas vezes me aborrecia, assim com umas coisas, a partir isto e aquilo, o
141 linho. O linho não rasga sabe? É muito ruim de cortar, e ele (dizia): "*Tabem* [está bem]", e
142 quando ia a ver, estava no quintal. Aqui dentro, *num* [não] gostava de estar. Ia (levar o serviço)
143 a todo o lado comigo, e já não era pouco. Sabe? E a gente, dizia eu a falar com as minhas
144 irmãs: "Olha, ele podia ajudar-me muito", como podia, que há muitos homens que fazem o
145 comer, fazem isto, fazem aquilo. Mas ele não, nem tinha jeito. E eu dizia (para as irmãs): "Olha,
146 não ajuda a nada", mas agora é que a gente vê.
- 147 **E: A falta que faz.**
- 148 P: O que ele ajudava, sabe? É assim.
- 149 **E: Na altura, não se dá tanta conta (que afinal ajudava). E a L. o que é que gostava de fazer?**
- 150 P: Eu gostava do meu trabalho, olhe, gostava de riscar, lavar, passar a ferro. Olhe, quando era
151 aqui a missa, era às 9 horas, antigamente.
- 152 **E: Iam sempre os dois à missa?**
- 153 P: Sim. Sempre, sempre, sempre.
- 154 **E: Ele também era muito de ir à igreja?**

P: Era, era, coitadinho. Nunca faltava à missa. Muita (vez) a missa era às 9 horas, e quantas vezes, antes de ir para a missa das 9 (horas)... Eu tinha ali uma banheira ali na marquise, uma banheira grande, e deixava lá ao domingo, às vezes 70 lençóis. Punha em *pé de burato* (percarbonato), e antes de ir para a missa, deixava-os todos torcidos. Torcidos, aquilo era só tira-los de *pé de burato* (percarbonato).

E: Sim.

P: E fazia sempre uma, duas noitadas, por semana, sem ir à cama. É por isso que agora a gente sente tudo, sabe. Olhe que ainda me lembro muito bem, uma vez, ele ia sempre coitadinho. Mas quando ia para cima já o ouvia *rosonar* [ressonar], chegava lá em cima e já o ouvia *rosonar* [ressonar]. E ele... Ah... tocou o sino, eram 8 horas, eu tinha os pés tão gelados, tão gelados, e meti-me lá na cama um bocadinho, e ele (disse): “Ai que tens os pés como gelo! Chega para lá os pés”. Fui só aquecer os pés, vesti-me e fui para a missa. Sabe? (Fala das 3 empregadas que teve, 14:12 – 15:03, 1ª gravação).

E: Trabalhou muito.

P: Olhe, que não era brincadeira. Estávamos a preparar, por semana, 170 camas! E tivemos semanas de ser mais de 170, tínhamos outras semanas que tínhamos menos. Veja bem, dá muito que fazer, e cravar... também cravava, ele (marido) também. Ele cravava, cravava muito. Ainda cravou muito o meu afilhado Q.

E: Oh L. como é que apareceu... Como é que foi a morte do seu marido? Se me poder contar um pouco...

P: Olhe, aquilo foi uma veia que lhe arrebitou na cabeça. Ele podia ter-se safado, sabe, mas olhe... Ele foi assim, olhe, foi nesta ocasião da Páscoa. Ele... estávamos aqui (local de trabalho), e já começou a haver menos trabalho nessa altura. Ele não podia ver... estando no quintal, não podia ver que eu o chama-se para ir ao correio, ou aqui, ou ali. Que às vezes íamos à Lixa, porque o correio fecha às 5 horas (da tarde), e aqui era mais cedo. E eu às vezes chamava-o, e ele coitadinho, zangava-se todo e com razão. E depois... olhe, nunca mais me esqueceu, elas (filhas) andavam a arrumar lá em cima. E estávamos aqui, eu estava a ‘enconchar uma coberta’ (termos do ofício), dantes fazia-se muitas cobertas lindas, estava a ‘enconchar’ (termos do ofício) aqueles paninhos, sabe como é? E eu disse-lhe assim: “Oh Q. agora também é só nesta ocasião na Páscoa, que o trabalho, também é pouco que depois, já, já, andas mais há vontade, já fazes as tuas coisas com mais calma”. Ele (marido) não gostava de stress, e faz muito mal o stress, sabe e até seria isso... mas pronto. E eu estava a encomendar (termos do ofício) a coberta, e disse-lhe aquilo. Eu não sei se foi nesse dia, ou ao outro dia, mas pronto não interessa. O que interessa, é que estávamos na cama, e eram 7 horas, e o Padre de Airões, o Padre C. telefonou, e eu disse assim: “Eu vou lá”, e ele (marido) disse: “Não, eu vou lá”, *veu* [veio] ao telefone ver quem era. Era ele (padre), a dizer que não havia missa, a dizer, se eu ia dizer às pessoas que não havia missa, para não estarem ali à espera. E *pegou* [resolveu], e foi outra vez para a cama, que ainda era muito cedo, e ele disse-me: “Ainda é muito cedo, não te ponhas a pé”, e eu pus-me a pé, e ele disse que ficava mais um bocadinho. Eu tinha que mandar umas *encomendas* [encomendas] *pó* [para o] correio, era para ai 6 ou 7, mas era só... *a coisa* [o trabalho] já estava a baixar muito percebe, era só uma *panicos* [panos] para uma senhora, uma tolha para outra, assim umas coisinhas. E eu estava aqui em cima do balcão, e ele pôs-se a pé e disse assim: “Olha, dói-me tanto a cabeça”, e eu disse-lhe assim: “Deixa-te estar mais um bocadinho, porque é que já te vais por já a pé?”. Mas eu andava na minha vida, e daí por um bocado (dei conta), que ele já andava no quintal. Depois eu fui e disse assim: “Tu já andas aí... Olha, fazes tu muito bem, a cama não *sara* [cura] ninguém”, eu assim, na brincadeira. Ele começou-se a rir, e depois tinha umas rosas muito bonitas, ali (no quintal) atrás, depois andou a fazer umas

coisas para as rolas, para elas virem lá de noite, para aquelas coisitas deles. E depois chegou a minha irmã L., coitadinha, que ela vinha sempre até aqui, ela chegou, e ele ficou tão contente e disse assim: “Olha, está aí a tua irmã, vai-te ajudar a fazer as encomendas”. O meu (homem) tinha muito jeito para fazer encomendas, e eu não tinha jeito, tinha de ter alguém, para ajudar! “Ela ajuda-te a fazer as encomendas, e eu depois venho ajudar-te a por as direções” (disse o marido à D^a. L.). Ele vem para dentro, sentou-se (em frente), ali na máquina. Eu ainda tenho aí os papéis que ele escreveu (as direções), há aqueles *colantes* [autocolantes] de colar, sabe?

E: Sei.

P: Ele fez uns poucos, a dizer para quem era. Depois, pôs assim a mão à cabeça, e foi por aí adiante, e deitou-se naquela cama. Que eu tive sempre aquela cama, que era, como ele era assim doente, para ele de vez em quando descansar um bocadinho. E a minha irmã disse-me assim: “Olha que o Q. se calhar está doente, ele ia com a mão na cabeça”. Não estou a contar bem! Antes ele *veu* [veio] por lá fora, e até vinha com o martelo na mão, e disse assim: “Olha, já acabei aquilo para as rolas”, esteve lá a martelar, vinha todo contente por ter aquilo feito. O meu homem gostava assim de umas *biscatadas* [fazer pequenos trabalhos], sabe? E então, disse assim: “Então, deixa ver agora os papéis das direções”, pôs-se ali a ver os papéis, e depois a minha irmã disse-me assim: “Olha que o Q. se calhar está doente, ele ia com a mão na cabeça”. Eu fui lá, e disse assim: “Oh Q. tu estás doente?”, e ele disse: “Ai, eu estou muito mal!”. Digo-lhe eu assim: “O que é que tu tens?”-“Ah, é isto aqui, decerto...”. Porque ele tinha andado a tirar um dente, ou dois, mas andava a tirar no Hospital São João, que aqui não lhe tiravam. E diz ele: “Deve ser alguma infeção”, digo eu: “Tu queres ir ao hospital?”, diz ele: “Eu quero”, e começou a ficar assim muito branco. A minha L. (filha) não estava, estava para Airões, e eu disse-lhe assim: “Estás com essa camisa tão velha, se fosse lá em cima buscar uma” e ele até se sentou ali nas escadas, ajudei a vestir. A minha L. (filha) *veu* [veio], e disse assim: “Oh minha mãe eu não posso conduzir, que eu não posso... Ele estava com uma cor diferente, depois pedi a um senhor que estava aqui, que era irmão da Q. (Explica quem era o senhor 21:24-21:32, 1^a gravação). Fui lá pedir-lhe, e ele disse: “Vou sim senhora”, e foi no nosso carro. E levou-o lá, a Penafiel. Chegou a Penafiel, e depois de estar lá dentro vomitou, e as enfermeiras disseram: “Ai, não se preocupe, que nós estamos aqui para trabalhar, e limparam”. Não deixaram entrar ninguém para dentro com ele, porque ele falava bem. Pelo caminho, a minha S. (filha) estava a trabalhar no Marco (de Canaveses), trabalhava no Marco (de Canaveses) e em Penafiel, e telefonou-lhe: “Então o pai está melhor?” – “Estou, estou melhor”. Foi assim, até Penafiel, a minha M. (filha) também telefonou, porque nós estávamos a julgar que fosse do coração, percebe? A minha M. (filha) falou com o médico e tudo, chegou (ele, marido) a Penafiel e não deixaram entrar ninguém (com ele, pois) ele falava. Daí por um bocado, vieram e disseram: “Vai já para o Porto (o marido)”, mas aquilo ainda demorou! Ainda demorou muito tempo, “Vai já para o Porto” (disseram à D^a. L.). Pronto, fui para o Porto, a minha M. A. (filha) já lá estava, já tinha falado com o operador, estiveram a ver, levaram-no. E foi daí, que *demos* [encontramos] com a doença. Mas se (ele) aquilo fosse de manhã (ao hospital), quando lhe deu a dor na cabeça, aquilo (veia arrebitou) foi só pouquinho, a pingar. Depois encheu-se cheia de sangue, a cabeça, e o sangue fez estragos, percebe? O sangue espalhou-se pela cabeça, e ficou assim, paralisado de um lado. E ele não engolia, teve de estar com a sonda, ano e meio que ele esteve com a sonda. E ficou assim... Se fosse logo, mas, quem é que sabia?

E: Claro.

248 P: Mas quando chegou ali, a Penafiel, haviam ter feito logo um Tac à cabeça! Está a ver como
249 as coisas acontece? A gente não sabe. Ou havia de ter ido logo de manhã, mas ele coitadinho,
250 era doente, por uma dor de cabeça ir logo a correr, não acha?

251 **E: Pois, nós pensamos sempre que não é nada.**

252 P: Pois, já tinha de ser, sabe? Já tinha de ser. Chegou ao Porto, nem a ficha ainda estava feita, e
253 ele já estava lá dentro a ser observado.

254 **E: Mas então, ele veio para casa, e ficou ano e meio em casa?**

255 P: Olhe, ele depois teve lá no hospital, nos cuidados intensivos, não falava, não ouvia, nada. Foi
256 operado à cabeça, às 3:30h da manhã foi operado à cabeça. Tiraram-lhe decerto o sangue
257 todo, e o médico disse, um disse: “Ele ainda vai ficar bem” e o outro (médico) disse: “Vai ficar
258 bem, se o sangue não tiver feito estragos!”, porque isto é como as bordas, quando vem muitas
259 chuva alaga-se, percebe? E aquilo foi na mesma. E depois estive lá, não sei se foi 15 dias,
260 depois veio para Penafiel, não mexia nem (um) dedo, não falava, não abria os olhos, nem
261 nadinha desta vida. Depois estive aqui em Penafiel, e a minha S. (filha) disse ao médico, e no
262 dia que veio para Penafiel abriu os olhos, coitadinho. Ao entrar, abriu os olhos, e o médico
263 disse assim: “Então, como é? Diga (Dizia) que o seu pai não abria os olhos, e abriu os olhos”.
264 Ainda estive ali uns dias sem se mexer, não mexia nem um dedo, elas (auxiliares) estavam
265 sempre a vira-lo para não ganhar feridas. Depois lá, já não sei quem foi daqui vê-lo, e dizem
266 que começou lá aos estremeções, e começou assim a abrir os olhitos, depois veio para casa,
267 ainda falou, ainda falou e ainda vinha com a sonda, que ainda não comia. Ainda falou pela
268 vindima, que eu disse: “Oh Q. quanto é que leva uma pipa?” e ele disse-me quantos almudes
269 (medida de vinhos), e ele disse-me. Depois, as minhas filhas chegavam ao pé dele: “Oh meu
270 pai de que cor é esta blusa?”, e ele dizia. Mas, o médico disse logo, ele fala mas, pouco a pouco
271 ele vai perder a fala. E foi, depois deixou de falar, acabou. Tinha-se de expirar, tinha-se de
272 expirar, que ele deitava a expetoração para fora, e depois estava sempre: “Oh”, porque aquilo
273 afligia-lhe, percebe? E a gente tinha de ir sempre expira-lo. Ainda ficou aqui uma enfermeira
274 de noite, ficava a enfermeira M. que trabalha no posto médico. Tínhamos ali outra cama, e ela
275 ficava aqui, três dias por semana. Três noites por semana, depois ficava a minha M. A. (filha)
276 uma vez por semana, a minha S. (filha) uma noite por semana e a L. (filha) outra (noite). Três e
277 três 6, a enfermeira M. ficava 4 dias, pronto. E ficavam sempre abeira dele, que era preciso
278 expirar sempre de noite. E foi assim, uma vida, sabe? Ainda andou na fisioterapia, ainda
279 melhorou. Olhe que, até ao meio ano, ele ainda melhorou, ele agarrava-se aqui ao balcão, já
280 andava assim aos bocadinhos, melhorou muito. Depois, chegou a uma certa altura, ficou
281 assim, deixou de falar, e na noite que faleceu, de sábado para o domingo, foi a minha M. A.
282 (filha) que ficou aqui (chora), era 1 da manhã. Porque ele.... ele não falava, era “Oh, oh”, sabe
283 era da expetoração que tinha, e era preciso expira-lo, e naquela noite, ela disse assim, pôs-se a
284 pé às 6horas e foi lá, e disse assim: “Oh meu pai tanto dormir, esta noite não precisou que
285 viesse expira-lo” e ele estava (chora)...

286 **E: Já estava.**

287 P: Ficou assim (chora). E pronto, sabe, é assim uma vida.

288 **E: Foi, ao poucos e poucos.**

289 P: Mas, os médicos *disse* [disseram] que só durava 3 meses (chora).

290 **E: Mas durou mais que isso, não foi?**

291 P: Ano e meio, mas foi por ter o que teve. Olhe, uma vez, a minha M. A. (filha), eu comprei um
292 cadeirão grande para ele estar, para lhe dar conforto, para estar assentadinho. E uma vez,

estava aqui assentado no cadeirão, e ela (filha) estava à beira dele, e ele começou assim... Elas tinham tudo aqui em casa, já sabiam, (a minha filha) deu a correr pelas escadas a cima, e trouxe uma injeção, deu-lhe nas veias, e depois ele começou a ficar melhorzinho, porque se não tivesse isso tudo... De outra vez foi a S. (filha), ele estava deitado lá dentro, estava deitado e também começou a ficar..., ela coitadinha, pôs-se em cima dele (e a dizer): “Oh pai fale, oh pai olhe para mim”. E ele não dava sinal. Ela depois, também pôs não sei o quê, e foi por isso que durou ano e meio. E o médico *disse* [tinha dito]: “Mais que 3 meses não dura” e olhe, esteve aqui ano e meio.

E: Com muito cuidado.

P: Com tudo, com tudo, e medicação...

E: Tentaram sempre...

P: Menina, quer que lhe diga sem lhe mentir, eu estava a gastar por mês 500 a 600 contos, por mês. E a menina diz assim, em quê? Vou-lhe dizer em quê: a enfermeira M. era 100 e quantos contos, já não me *lembra* [lembro], mas passava de cento e tal, à minha L. (filha) estava a dar outros 100 porque... e a caixa também, porque ela não era sozinha, se fosse sozinha era todo para ela, mas tinha as outras (irmãs), não ia estar a prejudica-la. Estava a dar à G. (vizinha), nem sei se era 60 (contos), porque sabe que *uma* (um) homem,... eu não podia, na ocasião, até tinha sido operada. Eu não podia, e uma pessoa sozinha, não pode lidar assim com uma pessoa, que ele estava paralisado de um lado todo. Espere, 100 a uma, não sei se era 100 ou cento e tal à M. (enfermeira), 100 à minha L. (filha), 60 à G. (vizinha), era a fisioterapia, era a medicação, era as fraldas. Era... vinha aqui da Aparecida, tiravam sangue, para análise, sempre, sempre, sempre. Faça a conta...

E: Dos tratamentos todos, não é?

P: Não chegava a nada, também tomou comprimidos a custar 30 contos cada um, naquele tempo. Ai meu Deus...

E: L. agora vamos falar um bocadinho após a morte do seu marido, vou-lhe perguntar como é que se sentiu? O que é que a L. acha que mudou na sua vida?

P: Olhe mudou tudo. Ficou de ‘pernas para o ar’, como o povo costuma dizer, sabe? Foi, foi.

E: Na sua profissão, sente que mudou bastante?

P: Olhe, na minha profissão, de momento deixou de haver trabalho, e também mudou, porque entreguei (o trabalho) às minhas filhas. Só fiquei com umas encomendas, para me ir entretendo, não é?

E: É.

P: Mas também não podia.

E: E a sua saúde?

P: A minha saúde também foi sempre fraca, eu já fui operada à barriga...

E: Mas após a morte dele sente que mudou?

P: Eu acho que fiquei muito melhor, porque olhe, a gente quando é operada, se tem a gente toda tem tudo, a gente até *sara* [cura] mais depressa, sabe como é. Eu fui operada, sei lá, *prai* [para ai] 4 vezes, fui ao joelho. Depois disso... a gente estava aqui mais parada, só se... ainda pior fazia. Mas, é o que eu lhe digo, depois eu fui (operada) e foi sempre no mesmo sítio (na barriga). Foi assim daqui, aqui. O golpe... quer ver?

335 **E: Não...**

336 P: Não, não faz mal.

337 **E: Ah, ainda foi grande.**

338 P: Nota-se.

339 **E: Nota-se um bocadinho.**

340 P: Foi de um lado ao outro, é daqui aqui. Depois, é no mesmo sítio, costura sobre costura.
341 Depois, também tive tanta pouca sorte, que criei líquido na barriga, fui ao Porto, o médico que
342 me operou (disse): “Ah, isso por aqui a meio ano passa”, passou, passou! Depois o líquido fez
343 bola, sabe? Ficou em bola, (e) fazia muitas dores, depois fui outra vez operada. Depois, outra
344 vez que fui (operada) trouxe um dreno na barriga, vinha cá a minha S. (filha) todos os dias. Não
345 estou a contar bem! Tinha muitas dores, fui lá (á médica). A médica disse assim... deitei-me,
346 primeiro fizeram ecografia, viram que era líquido, ela põe-se assim atrás de mim, e diz assim:
347 “Oh minha senhora vai doer um bocadinho, mas depois vai ficar melhor” fez-me assim um
348 golpe, olhe, aquilo foi daqui para acolá, parecia um chafariz. Sabe o que (é) óleo, assim, ai meu
349 Deus do Céu. E elas (enfermeiras) encheram aquelas bacias de curativos, 3 vezes daquilo,
350 depois trouxe, puseram-me assim uma saca de compressas, uma saca inteirinha, que eu vi, e
351 amarraram aquilo, bem amarrado. Ao outro dia de manhã, era a camisa de dormir, era tudo,
352 parecia uma fonte, tive assim *prai* [para ai] 15 dias! Depois, disseram lá à minha S. (filha,) para
353 tirar o dreno, quando passa-se 10 dias. Ela teve de trazer outro do hospital, porque aquilo não
354 parava de botar (líquido), ela trouxe do hospital, parecia uns arames, mas já é próprio assim,
355 comprido, metia assim no buraco, assim, que era para o buraco não fechar. E depois sempre
356 foi...

357 **E: Foi curando.**

358 P: É, foi curando.

359 **E: Mas o que a L. acha que mudou na sua vida? Que aspetos é que sentiu que mudou na sua**
360 **vida após a morte do seu marido? ´**

361 P: Eu já disse à menina, mudou tudo. Olhe a festas, eu nunca mais fui, eu também já não
362 gostava muito. Às vezes, elas (filhas) iam a qualquer lado, agora não vou... se for assim a
363 qualquer lado... às vezes, ia a Lousada com o menino (neto), há lá um parque muito bonito,
364 estávamos lá um bocadinho, de resto, não vou assim a lado nenhum. Se ele fosse vivo, a gente
365 ia, tínhamos a vida já programada. Sabe, quem manda é um (Deus), e não vale a pena estar a
366 fazer...

367 **E: O que é que a D.^a L. faz ou fez superar essa dor?**

368 P: Não, nunca fiz para sair, para não lembrar, nem para isto, nem para aquilo, não. Às vezes até
369 estavam aqui as minhas irmãs, e nunca quis sair daqui, sabe porquê? A gente... a menina é
370 nova, mas já compreende. A gente quando vai para casa das filhas, vai chorar? Elas também...
371 já sabem Deus como, ia ser pô-las pior, e assim estou aqui... se me apetecer chorar, choro
372 (chora), não acha que é assim? Pronto...

373 **E: Sente-se mais à vontade.**

374 P: É, muito mais (chora).

375 **E: Mas por exemplo a L. gosta... costuma rezar todos os dias?**

376 P: Rezo, rezo todos os dias o terço. E depois até digo, ai Deus Nosso Senhor me perdoe, vou
377 para cima, começo a rezar, e depois passo pelos olhos (sono), e depois volto a acordar, e torno

378 a rezar (por isso pede perdão a Deus). Mas vale sempre na mesma (apesar de adormecer, vale
379 sempre na mesma rezar).

380 **E: O que conta é a intenção.**

381 P: É, ora nem mais.

382 **E: E a L. sente que o rezar ou ir à missa, que lhe ajuda a superar essa dor?**

383 P: É, É. É quando fico melhor. Eu de noite, quando começo assim, a pensar assim nestas coisas,
384 começo a rezar (chora).

385 **E: Vem-lhe as memórias, mais à noite?**

386 P: Sabe como é, a gente quando acorda, lembra-se de tudo (fala emocionada). Se tiver a
387 dormir, não se lembra de nada, (uma pessoa) não se lembra, se não sonhar. Se sonhar... eu se
388 lhe contar um sonho que tive de noite... nem tinha jeito, nem feitio (fala do sonho 37:56-38:10,
389 1ª gravação).

390 **E: E que estratégias é que a L. costuma... utiliza no seu dia-a-dia. Para passar o seu dia-a-dia,
391 o que é que faz?**

392 P: Olhe, eu passo bem. Eu vou-lhe dizer, eu passo bem. Olhe, ponho-me a pé, se houver
393 missinha, vou à missa, se não houver, venho para baixo, vou soltar a minha cadela, vou-lhe dar
394 de beber. Tenho 2 galinhas, porque quem tiver assim coisas, entretém-se sempre, sabe?

395 **E: Pois.**

396 P: Só quer andar para baixo e para cima na estrada, quem não quer fazer nada. Mas, pode
397 querer menina, porque é assim, a gente não é para estar a falar dos outros, porque cada qual
398 fala por si. E... tenho duas galinhitas, vou lá ver se ela puseram (algum ovo), vou lá dar de
399 comer, dou de comer à cadela. Às vezes, a minha L. (filha) chega aqui, e diz: "Oh minha mãe,
400 vou aqui, vou ali, quer vir comigo?", às vezes vai à farmácia, vai a Santa Cristina. "Quer vir?"
401 (pergunta a filha), tem lá uma mulherzita (a trabalhar para a filha), e digo assim: "Vou! Vou
402 para aliviar a cabeça". Depois abro a minha janela, ponho a minha cama ao ar, depois venho
403 para baixo. Tenho sempre o que fazer, se não tiver o que fazer, eu arranjo. É o que eu lhe digo,
404 menina.

405 **E: E aqui, bordados ainda vai tendo? Vai-se entretendo aqui?**

406 P: Vou. Vou-me entretendo. Quando a menina *veu* [veio], vim da minha irmã, ainda não
407 arrumei a minha cozinha, mas também não interessa, é só um prato. Fiz uma panela de sopa,
408 tenho ali uma panela de sopa, (que) dá-me para 3 ou 4 dias, e eu ponho no frigorífico para 2
409 ou 3 dias. De resto ponho na arca, porque no frigorífico, com o tempo, também não fica muito
410 bom. Mas, na arca fica muito bom sabe, se puser de véspera a descongelar, não é na *maré*
411 [altura] que a gente vai comer. Deixo-a à noite, que ao outro dia está que nem uma maravilha.
412 Fiz uma panelinha de sopa, e fiz uma salada de alface, e comi um lata de sardinhas, que há lá
413 em baixo no Talho (e supermercado) umas sardinhas, olhe, são tao boas! Tão boas, tão boas.
414 Tem 6 (sardinhas) das pequenas, porque das grandes, não gosto muito. E eu disse assim... eu
415 era para cozer uma posta de peixe, que eu tenho sempre peixe, mas não o tirei para fora (não
416 descongelou), não quis também estar a fazer assim. Agora até vou tirar daqui a bocadinho
417 para a noite, e pus a sopa a fazer, e tenho ali sopa e estava ali... *lembrou-me* [lembrei-me] de ir
418 à (casa) da minha irmã primeiro, que ela está a ficar da cabecinha..., Deus me livre, não se
419 pode meter em confusões. As confusões... eu vou-lhe dizer, o que é as confusões (fala da irmã
420 40:49-42:19, 1ª gravação). Fui, fiz uma tigelinha de cevada, pus um pãozinho dentro, deixei lá
421 em cima da cama, e ela comeu, já viu como é. Aquilo passou-lhe logo, aquilo era da cabecinha,

422 sabe? E depois, no fim, fui (foi) lá o Q. (sobrinho), vem cá todos os dias, agora está aí também,
423 não sei se está a trabalhar... E ele deixa-lhe num copinho os remédios de manhã para o meio-
424 dia, à noite, vem ele, e dá ele, e torna a deixar para o outro dia. Eu vou lá às vezes (e digo):
425 “Então M., já tomaste os remédios?” – “Eu já”, e lá com os remédios, e digo assim: “Então, isto
426 de quem é?”. De vez em quando vou lá vê-la, e é no que eu ocupo, e tenho sempre o que
427 fazer.

428 **E: Pois, vai passando, com a sua irmã, com os vizinhos.**

429 P: É, tenho sempre que fazer. Tenho sempre que fazer. Também fui à M. (vizinha), a ver se o
430 cãozinho estava melhor, estava doente o cãozinho. Não conhece?

431 **E: Não.**

432 P: É muito lindo. (Fala do problema do cão 43:30-43:39, 1ª gravação). Tenho sempre que fazer,
433 e quando não tenho, arranjo. Quando é de inverno..., vou-lhe mostrar o que fiz (de bordados).
434 Fiz pelo Natal uns *paninhos* [bordados], para dar às minhas netas, agora ando a fazer outras
435 coisas, para dar às filhas, e se não tiver para fora...

436 **E: Faz para casa.**

437 P: Faço para casa.

438 **E: Que tipos de apoios físicos ou humanos após a morte do seu marido. Que tipo de ajuda
439 teve?**

440 P: Só foi das minhas filhas.

441 **E: É que lhe foram ajudando.**

442 P: E as pessoas (vizinhas) também, coitadinhas. Não tenho falado, mas, também não me dá
443 para...

444 **E: Sair e ir falar com as outras pessoas.**

445 P: Não, não, não dá.

446 **E: Sempre foi de estar mais por casa.**

447 P: É, gosto de estar aqui sossegada.

448 **E: E L. o que gosta mais de fazer? Após a perda do seu marido, o que acha que gosta de
449 fazer?**

450 P: Trabalhar, para não me lembrar tanto, é só trabalhar, não vale a pena mais nada.

451 **E: E o que menos gosta de fazer?**

452 P: O que menos gosto?

453 **E: Sim.**

454 P: É de andar por lá, às vezes tenho de ir com as minhas filhas, às vezes, não gosto muito. Ao
455 domingo, (a filha diz): “Oh mãe, vamos ao Babo (café) tomar uma cafezinho”, eu ainda fui uma
456 vez, *num* [não] gostei nada, porque eu não gosto. Nem aqui (na aldeia) gosto, fará ir... eu
457 também não posso tomar café, percebe, e não gosto. E elas depois já foram, e então (dizem):
458 “Então, não vem?” – “Não, eu não vou, hoje não vou”, e não fui.

459 **E: Somos todos diferentes, não é?**

460 P: É verdade, é verdade.

- 461 **E: Pronto L. obrigada por ter partilhado estes assuntos delicados comigo.**
- 462 P: Isto (folha de informações) é para ficar para mim?
- 463 **E: Sim, é. E pronto, chegamos ao fim.**
- 464 P: E desculpe, se não tiver... eu falo...
- 465 **E: Está bem, está bem.**

ID7

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: Dona M. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Eu sinto-me em luto, sinto...

3 **E: como é que se sente?**

4 P: Mas estou... estou mais confortável agora (do) que o que estava aqui há 2 anos ou assim.
5 Nós... Nos primeiros anos (que ele faleceu) custou-me mais. Agora já estou mais habituada à
6 vida que faço... sozinha e assim. Mas ao princípio custou-me muito e custa-me, não é?! Agora
7 ainda mais me custa porque não tenho a ajuda de ninguém que me... mas pronto! Tenho...
8 tenho que tentar, que a vida é assim não é? Não... não... o que não é...

9 **E: É inevitável não é?!**

10 P: São coisas que agente não pode evitar... e é assim!

11 **E: Pois! Eu então vou-lhe... Gostaria que me falasse um pouco a cerca de si, da sua vida, das**
12 **suas origens, do que fazia para se divertir, no meio que a envolveu antes da perda do seu**
13 **marido.**

14 P: Olhe eu... fui nascida na aldeia... não é? Andei a guardar ovelhas, cabras, vacas, o meu avô
15 era um lavrador e eu... A minha mãe deixou-me com eles (avós), tinha eu 5 anos.

16 **E: E os seus pais foram para onde?**

17 P: Os meus pais estavam em Lisboa.

18 **E: Hum... e então a dona M. ...**

19 P: Eu fiquei com a minha avó e com o meu avô.

20 **E: A onde? Aqui?**

21 P: Não, no Minho.

22 **E: Ah!**

23 P: Na aldeia, lá onde eu vivia. E é claro, e vivi com eles até à idade dos 9 anos, mas fui educada
24 pelo meu avô que era lavrador, ensinava-me a fazer as coisas do campo, levava-me com eles
25 para o campo. E a minha vida era aquela, e eu gostava. Só que depois a minha avó... o meu avô
26 morreu e a minha avó ficou ceguinha, teve que ir para casa de uma filha, e eu fui pra Lisboa
27 com os meus pais... a minha mãe foi-me buscar e eu... vim... fui para Lisboa.

28 **E: Uma grande mudança de vida...**

29 P: Foi uma grande mudança porque eu... Quer-se dizer, eu gostava muito da vida do campo,
30 e... Ela (mãe) deixou-me com os pais dela, que eram os meus avós, como eu era a neta mais
31 velhinha sempre lhes valia alguma coisa não é? Para eles não estarem sozinhos... e era o meu
32 futuro... era lá com eles. Se eles ficassem... tivessem vida até muitos anos...

33 **E: Pois.**

34 P: Eu crescia lá, ficava lá, pronto! Mas não. Ele morreu, a minha avó ficou ceguinha teve que
35 sair da casa dela e ir pra a casa da filha e a minha mãe foi-me buscar... (e) eu fui para Lisboa...
36 Depois, o meu pai era padeiro, tinha uma venda de pão (padaria)... e eu ajudava o meu pai, a

37 vender o pão. E depois, comecei a trabalhar, ainda não tinha 14 anos... fui aprender o ofício,
38 aprender a costura...

39 **E: Foi aprender... onde? Foi em casa que aprendeu? Foi para fora de casa?**

40 P: Não... fui para uns ateliês. Eu trabalhei sempre na alta moda e... e pronto... e foi assim!
41 Depois conheci o meu marido. O meu marido estava lá na tropa.

42 **E: Como é que conheceu? Foi o seu primeiro namorado?**

43 P: Foi.

44 **E: Foi o primeiro namorado?**

45 P: Foi... e... ele estava lá na tropa... e depois, conheci-o. Conheci-o, começámos a namorar,
46 casei muito nova, casei com 19 anos. Comecei a namorar com ele... 17... 17 anos, mais ou
47 menos... casei aos 19, e pronto! E... foi assim a minha vida, lá fiquei, trabalhei sempre.

48 **E: Fizeram os dois lá a vida?**

49 P: Ficámos, pois, ele estava lá na marinha... e eu... vivi-a lá com os meus pais, depois casei, fui
50 para a minha terra não é?

51 **E: A dona M. continuava então a trabalhar na alta costura...**

52 P: Continuava a trabalhar na costura, trabalhei sempre, pois era o meu modo de vida... era eu
53 a trabalhar e o meu marido, se não...

54 **E: Então e o seu marido trabalhava em quê?**

55 P: Era... estava na marinha. O meu marido era primeiro cozinheiro... Era cabo (da marinha), era
56 cabo (da marinha), e... e depois concorreu para chefe de cozinha... e... e era assim! E... pronto!
57 E trabalhamos os dois, sempre até que viemos para cá. Depois ele reformou-se, veio para cá e
58 eu vim antes de... de atingir a reforma...

59 **E: E foi... tiveram filhas não é?**

60 P: Tive, 2... 2 filhas, (mas morreu uma).

61 **E: E foi cá? Ou foi em lisboa?**

62 P: Foi em lisboa.

63 **E: E então fale-me um bocadinho das...**

64 P: E depois a minha filha casou-se também, e ficou a viver lá em casa... que eu tinha uma casa,
65 que tinha 6 divisões e... ela era filha única, e eu também estava muito agarrada a ela, e ela a
66 mim. E a gente cabia todos, não é? Pronto, e agente até estava a pensar vir para casa
67 estávamos a construir cá a casa... quando ela casou. A gente já estava aqui a começar a
68 construir a casa. E depois a... minha filha ficou lá, eu vim para cá, tinha o meu neto, o primeiro
69 neto tinha um aninho, quando a gente veio para cá e ela ficou lá (em Lisboa), nessa... na... na
70 casa que tinha direito, não é? Porque... ela nasceu lá.

71 **E: Exato.**

72 P: E... e depois até comprou a casa dela, onde... onde vive agora. Tem uma casa, mesmo deles,
73 comprou aquele apartamento e... esta lá, mas viveu sempre na outra. Era uma casa antiga,
74 tinha muitas divisões mas tinha... não era... não tinha assim as condições que tem agora estas
75 casas modernas, mas pronto. Vivemos todos e assim... vínhamos para cá mas volta e meia
76 íamos lá passar uns dias. Enquanto o meu marido era vivo íamos lá muitas vezes.

- 77 **E: E quando a dona M. veio para cá, ainda continuava a trabalhar na costura? Ou deixou?**
- 78 P: Não, depois deixei. O meu marido depois veio para cá, reformou-se que ele era mais velho
79 do que eu.
- 80 **E: E ele era muito mais velho?**
- 81 P: Ele era mais velho 7 anos que eu. E eu... ainda não tinha idade da reforma... e depois vim.
82 Depois quando chegou a altura de (me) reformar meti os papéis.
- 83 **E: Dona M. disse-me agora que era mais velha 7 anos e isso fez-me lembrar um bocadinho...**
84 **aquela questão de os pais aceitarem o namoro. Foi fácil no vosso caso os vossos pais**
85 **aceitarem o vosso namoro?**
- 86 P: Ai foi! Foi fácil, porque a gente na cidade é diferente não é? Na cidade muitas da gente
87 namora, e os pais nem sabem que agente namora. A gente não era como agora, em que
88 agente chegava ali e ia passear com o namorado e ia pra ali e para aqui... E mal namoram, eles
89 vão logo a casa e saem com eles e andam com eles e andam por lá o dia todo com eles. Ah
90 antigamente não era assim. Não, era diferente.
- 91 **E: Como é que foi o vosso namoro?**
- 92 P: Oh! O nosso namoro... era eu... eu ... eu ia pra o trabalho.
- 93 **E: Eu digo isto porque ele andava na marinha não é? Às vezes deviam de passar tempo sem**
94 **se verem não era?**
- 95 P: Quando namoramos... teve assim muito tempo sem *coisa* [sem nos vermos]. Depois de
96 casados é que teve...
- 97 **E: Foi difícil?**
- 98 P: Depois de casado é que ele fez *viages* [viagens]... fez *viages* [viagens] uma de 8 meses... Oito
99 meses não! Dezoito meses, ano e meio. A primeira viagem que ele fez, depois de casados foi
100 ano e meio, foi quando rebentou a guerra... a guerra civil, na Índia e *tava* [estava] lá ele.
- 101 **E: Ah ele estava lá?**
- 102 P: Estava lá ele no barco de guerra no [impercetível] e... estavam lá... a... a afundados no barco,
103 num barco largo, num navio que não podiam nem ir para terra nem... estavam parados... E era
104 por nave carta (que a gente falava). Antigamente era por nave carta, chamavam eles
105 telegramas que era o próprio telegrafista de bordo é que transmitia (os telegramas)... e era por
106 coisa por umas pancadinhas... e eles sabiam o que queria dizer aquelas pancadinhas, aquelas
107 letras. Era os telegramas que eles transmitiam para terra... para depois comunicarem com as
108 famílias. Oh pá! Isto... se fosse a contar... dava uma história. Eu chegava a estar na cama à meia
109 noite e ter de me levantar e ir responder a esses telegramas, tinha que ir aos correios
110 responder a esse telegrama, chamavam a nave carta. E a gente teve muito tempo que não
111 sabíamos nada um do outro, se não fosse por esses...
- 112 **E: Por esse meio.**
- 113 P: Por esse meio.
- 114 **E: Que não havia de ter todos os dias não é? Devia de ter de longe a longe...**
- 115 P: Que não era todos os dias, era uma vez por mês... ou... ou, olhe...
- 116 **E: E como é que ... como é que era a vossa relação? Como é que vocês se davam?**

117 P: A gente deu-se sempre muito bem... deu-se sempre muito bem. E também não podíamos
118 dizer sempre o que queríamos, havia a censura.

119 **E: Sim, naquele tempo.**

120 P: Havia a censura... e... e todas as cartas iam à censura. E depois aqueles telegramas... tinha-se
121 que mandar o menos possível, que é muito caro... e era assim! O telegrama era: "Eu estou
122 bem, tu como estas?"

123 **E: Coisas muito simples, básicas.**

124 P: Coisas muito simples, não podia dizer grande coisa também, porque depois a... podiam
125 interpretar as coisas mal, podiam levar às vezes as coisas para outro... outro sentido.

126 **E: Podia haver problemas...**

127 P: Oh filha! Eu já sei muito o que é a vida destas coisas... O meu marido... chegávamos a andar
128 na rua e às vezes estávamos assim parados na rua a conversar, e julgarem que as pessoas eram
129 da PIDE e... e deitavam a mão às pessoas e ... levavam-nas. Era muito difícil... mas pronto! E foi
130 assim! E então quando a gente namorávamos, era assim. Ele ia-me buscar ao trabalho
131 quando... quando estava cá ia-me buscar ao trabalho. Sabia onde eu trabalhava, sabia a que
132 horas saía, a que horas entrava isso sabia a vida assim um do outro... e ele quando podia vir
133 para terra, de vir de barco para a cidade e ia-me buscar. Ia-me buscar e quando saía do
134 trabalho ele já estava ali à porta à minha espera. Vinha-me acompanhar a casa, e depois ia-se
135 embora... era (a) caminho. A gente conversava... a gente depois às vezes. Ao domingo às vezes
136 o meu pai também como era padeiro, trabalhava de noite não é? Também tinha uma vida
137 assim muito... tinha que descansar de dia não é?

138 **E: Pois, um bocado ao contrário.**

139 P: E depois... mas gostava muito de sair com a gente, de passear e assim. Eu tinha uma irmã,
140 eramos só as duas e... o meu pai gostava de sair também ao domingo... ia ter que sair com a
141 gente. E depois... íamos sair, a gente procurava também saber sempre para onde é que íamos
142 não é? Que era para transmitir aos namoros, a minha irmã ao dela e o meu não é? E eles
143 depois iam lá ter, eles depois iam lá ter... E o meu pai era muito desconfiado, ui... enquanto ele
144 não soube, que *coisa* [namorava].

145 **E: Que namoravam?**

146 P: Desconfiava e assim, mas pronto. Depois quando as coisas já foram mais a sério... ele depois
147 soube e ele já ia lá a casa. Mas era assim, eu gostava muito de ir para... as cantigas, do baile. E
148 a minha irmã era... gostava de cinema, gostava de ler.

149 **E: Ela gostava de coisas mais paradas, se calhar.**

150 P: É a minha irmã não era tão divertida como eu. Eu era danada para cantar o fado e chegava
151 mesmo a juntar multidões à minha volta a cantar... eu a cantar o fado, e pediam-me para
152 cantar e... E eu gostava de cantar, gostava muito de ir a um baile. Para mim ir a um salão, de
153 baile, era o que eu gostava. Então o meu pai fazia assim, o meu pai um domingo fazia a
154 vontade à minha irmã, noutro domingo fazia a vontade a mim.

155 **E: (Risos) é normal.**

156 P: Lá está, a minha irmã foi criada na cidade desde pequenina, eu fiquei com 5 anos e a minha
157 irmã foi com 2 anos.

158 **E: Pois, é diferente.**

159 P: Foi com a minha mãe para Lisboa, e foi habituada na cidade, foi à escola, teve outra... teve
160 outra vida diferente da minha.

161 **E: E como e que a dona M. foi aprendendo a ler?**

162 P: Olha no jornal... sozinha, e depois o meu pai ainda me quis meter na escola mas eu já era
163 muito crescida e já tinha vergonha, já não quis. E depois essa a vontade levou-me aprender
164 (sozinha). Tá [Está] a perceber?

165 **E: Sim, tinha vergonha, mas ao mesmo tempo queria aprender e teve que aprender sozinha.**

166 P: E o meu pai arranjou um... um senhor, era um rapaz que era mais velho do que eu. Ele de
167 certo, tinha que idade? Ainda não tinha 15 anos. E esse rapaz era... era amigo lá do meu pai... e
168 ele gostava de mim. Gostava de mim e ele era mais velho que eu, mas gostava de mim. E eu
169 soube que ele gostava de mim e *num* [não]... Quando ele lá ia, eu fugia sempre de me
170 encontrar com ele.

171 **E: (Risos).**

172 P: Porque não queria, era assim um bocado... gostava muito de viver a vida, divertir-me mas
173 não queria compromissos com ninguém.

174 **E: E depois lá...**

175 P: Depois o meu marido é que foi mesmo... quando o vi, a coisa foi mesmo a sério.

176 **E: Pois.**

177 P: E mesmo quando ele não estava, eu quase que via a sombra dele sempre ao meu lado.

178 **E: Na fase do namoro ou do casamento?**

179 P: Na fase do namoro, mesmo, mesmo. Foi uma coisa mesmo...

180 **E: Foi uma grande paixão.**

181 P: O meu marido foi. E esse rapaz, ele já estava na tropa... Ele já estava na tropa, ele era
182 chofer. Ainda me lembro, andava com um camião, a distribuir coisas de mercearia para os
183 porteiros. E ele... ele tinha quê? Ainda não tinha 15 anos, ele já andava na tropa.

184 **E: Era muito mais velho.**

185 P: Pronto, mas ele gostava muito de mim, e então ele propôs-lhe (ao meu pai) me ensinar,
186 disse ao meu pai: " Olhe Senhor J. eu vou por a M. ...".

187 **E: A saber ler.**

188 P: A saber ler e escrever, e ia lá... todos os dias à noite um bocadinho. Enquanto que sabia que
189 ele ia lá metia-me na cama cedo.

190 **E: Mas então chegou a aprender com ele ou não?**

191 P: Não.

192 **E: Ah, não?**

193 P: Nem quis. Eu não gostava dele, sabia as intenções dele. Fugia dele. E... e pronto! E era
194 assim!

195 **E: E aqui com o seu marido, depois já de casados e isso como é que vocês se davam? Como é**
196 **que era a vossa relação?**

197 P: Sempre muito bem, sempre muito bem. Ele... a vida continuou sempre na mesma, depois
198 tínhamos a nossa casa. Ele ia para o barco eu ia para o ateliê, vinha almoçar a casa e depois à
199 noite ele também vinha sempre, mais cedo para casa. Ele geralmente de tarde, depois de
200 almoço vinha sempre para casa. Ah... ia-me buscar também, ao trabalho sempre!

201 **E: O que é que vocês faziam para se divertir? Nos tempos livres?**

202 P: Ele... olha! Fazíamos o seguinte, ele fazia o comer, chegava a casa fazia o comer, deixava a
203 mesa posta e ia-me buscar. Eu chegava, comíamos, ele lavava a loiça, eu limpava e ia-mos
204 passear. Íamos ao cinema, íamos... às vezes íamos tomar um café, por exemplo à baixa numa
205 explanada qualquer, tomar um café e ver as montras, e... passear, pronto! E era assim, íamos
206 ao cinema... quase todas as sextas-feiras íamos ao cinema.

207 **E: A bailes não?**

208 P: A bailes não!

209 **E: Ele não gostava?**

210 P: Não. Depois de casada... não... Não, nunca mais fui porque ele não gostava.

211 **E: Pois.**

212 P: Mas em solteira ia. O meu pai... o meu pai por exemplo um domingo ia comigo e com a
213 minha irmã porque onde eu fosse ela ia. Ela não gostava de ir ao baile porque não sabia
214 dançar, mas eu ia e ela ia também e o meu pai ia com a gente. Quando era para irmos ao
215 cinema... eu também ia! Também não gostava muito de ir ao cinema e eu ia, tinha que ir.
216 Pronto, eu ia! E era assim e eu ia ao baile, às vezes. Mas o meu pai fazia-me mais a vontade a
217 mim, porque o meu pai também se divertia. O meu pai ia ao baile e divertia-se, porque ia...
218 encontrava-se lá com os amigos, que também iam com as filhas, depois iam para o *bufete*
219 [*bufe*] lá para o bar, sempre bebiam alguma coisa, sempre conversavam, e assim... O meu pai...
220 quase sempre íamos mais ao baile, do que íamos ao cinema. E... era assim, e ele para mim
221 depois começávamos a arranjar convívios, não é?

222 **E: Hum, hum.**

223 P: Rapazes, raparigas e às vezes eu pronto... estava, por exemplo (ao) domingo que era para ir
224 à matiné ou ao cinema, eu ficava logo... lixada, da cabeça, e eu preparava-me e (ia) para a
225 janela, para a varanda e punha-me ali à espera que o meu pai disse-se: “Vamos!”. Depois eu
226 via passar os rapazes, eu morava no primeiro andar, e eles passavam ali todos vestidos (e
227 diziam): “*Atão* [Então]? *Atão* [Então]? Hoje não vem? *Atão* [Então] vamos embora”, e eu: “Ah!
228 Hoje o meu pai não vai... o meu pai hoje vai para o cinema, hoje não vamos” - “Olha pede-lhe,
229 chama-o! Chama-o!”. E depois eu dizia: “Oh pai venha aqui à varanda falar aqui...” e eles
230 diziam: “Venha com a gente! Venha com a gente!”. Aí a minha irmã coitadinha, ficava...

231 **E: Danada.**

232 P: Ficava danada! Era mais nova que eu mas ficava... e a minha irmã (dizia): “ Pronto, o pai faz
233 mais as vontades à M. do que a mim” e tal... Mas eu ia porque eu adorava aquilo, eu dançar e
234 cantar aquilo para mim... para mim era a coisinha melhor que me podiam dar.

235 **E: E dona M. e depois com o seu marido, já quando vieram para cá...**

236 P: Depois quando eu comecei a namorar o meu marido já... isso acabou.

237 **E: Acabou os bailes. Ele não gostava não era?**

238 P: Não gostava.

239 **E: Mas passeavam? Viajavam?**

240 P: Ai! Passeávamos.

241 **E: Depois quando vieram para essa casa, disse que ele se reformou. A dona M. então já não**
242 **estava na alta costura, então como é que... como é que era os vossos dias?**

243 P: Aqui? Olhe eu entretinha-me com rendas, gostava muito de fazer croché. Isto foi tudo feito
244 por mim, geralmente fazia croché, gostava muito de costura, estava sempre a fazer coisinhas
245 por mim. E... coisas, arranjar as roupas, e assim! E isso me entretinha muito fazer essas coisas.
246 Então quando havia passeios ia a todos, não falhava a nenhum! Ele não gostava também (de) ir
247 nas *camionetes* [autocarros]e...

248 **E: Mas acompanhava?**

249 P: Mas deixava-me ir.

250 **E: Ah! Mas ele então ficava?**

251 P: Ele ficava. Ele não se importava que eu fosse. Eu fui... fui a França, fui a Espanha (em)
252 excursões... eu... eu ia! E ele não se importava, mas lá em Lisboa também passeávamos muito.
253 Ao domingo e assim... e depois agente dava bons passeios.

254 **E: E ele aqui, como é que ocupava o seu tempo?**

255 P: Nos quintais.

256 **E: Era no quintal?**

257 P: E às vezes saia com o irmão... E... e pronto!

258 **E: Dona M. e como é que foi essa perda do seu marido? Como é que tudo começou?**

259 P: Olhe, foi muito mau... a doença dele foi muito mau! Transtornou logo tudo... foi, foi uma
260 coisa que... que mexeu muito com a vida, em todos os sentidos.

261 **E: Que doença é que ele teve?**

262 P: Começou a ter a primeira trombose, depois atrás da primeira, vinham as outras todas, que a
263 gente nem... chegava a dar por isso.

264 **E: Eram muito repentinas?**

265 P: Eram. E algumas deixavam poucas marcas, mas ele coitadinho é que sentia mais, aquela...
266 Até que foram aparecendo outras doenças, como o tumor na próstata... e coisas assim...
267 ataques epiléticos, e coisas assim... e era assim. Olhe, eu nem gosto de falar nestas coisas que
268 se não... meche comigo. Mas é assim, olhe...

269 **E: Aquilo que não quiser dizer, não é problema dona M. Foram muitos meses que ele ainda**
270 **teve assim?**

271 P: Foi... foi mais de 1 ano. Foi mais de 1 ano que ele *teve* [esteve] acamado.

272 **E: Ele fazia fisioterapia?**

273 P: Ele fazia, depois tinham que vir cá a casa fazer, porque ele já nem tinha condições para...
274 Cheguei a pagar aquele ao Senhor F., aquele, o patrão lá da clinica onde está a sua mãe.

275 **E: Sei.**

276 P: Ele vinha cá faze-las, eu gostava muito dele... era ótima pessoa. E vinha cá fazer pelo menos
277 3 vezes por semana, porque ele enquanto pode ia lá, depois não tinha, não tinha capacidade

278 ele (fisioterapeuta) vinha cá. E era assim! Fez-se tudo o que se pode, comprei a cama
279 articulada, comprei a cadeirinha para por o bacio para ele se sentar. Ele chegava a pontos que
280 não... caía da cadeira e depois tinha que chamar alguém lá fora para, me poder ajudar a pegar
281 nele para o pôr... O que uma pessoa passou...

282 **E: Muito tempo...**

283 P: Muito duro, foi muito duro...

284 **E: Ele...**

285 P: *Opois* [Depois] tinha... tinha... devia de ter não é? Os médicos nunca descobriram (que) tinha
286 alguma úlcera que rebentou-lhe, nem queira saber quando lhe rebentou... aquilo ali naquele
287 quarto aquilo parecia... foi cortinas... foi tudo... e aquilo expirava porcaria por todo o lado. Ele
288 vomitou, vomitou, vomitou. E depois disso... olhe! Foi tirar a roupa da cama, cortinas, tudo pôr
289 aí fora, tudo lavado à mangueira, antes de ir para a máquina. Foi uma coisa pavorosa! Eu...
290 nem quero que me lembrem... eram umas 5 da manhã quando eu tive que chamar a minha
291 cunhada, o meu sobrinho. Eu, estava aqui sozinha com ele... eu nem me quero lembrar o que
292 passei com ele, olhe! Antes quero estar sozinha... e chorar a morte dele, do que estar... a sofrer
293 aqueles momentos, aqueles dias que eu sofri ali sozinha. Ele não poder fazer as coisas... e
294 olhem nem sei... No hospital, mandaram-no para casa, todo em ferida, e eu curei-o. Eles
295 queriam-no mandar para o hospital velho de Penafiel. Onde eles os poem para lá...

296 **E: E a Dona M. disse que não...**

297 P: Eu não deixei, trouxe-o para casa, porque ouve uma pessoa que me abriu os olhos sabe?
298 Uma pessoa de lá que ouviu a conversa... e disse-me: "Se não o querem aqui... ele vai para
299 casa" depois ainda andei a ver se arranjava onde 'o meter'. Mas levavam-me... não havia
300 vagas, nem aquele em Felgueiras, nem... nas clínicas... o meu sobrinho é que andou a tratar
301 disso. Naquela altura levavam 20 contos por dia.

302 **E: Em lares ou...**

303 P: Numa clínica, para estar lá... para ser tratado.

304 **E: Pois.**

305 P: E ter os cuidados, depois... e...

306 **E: Era muito caro.**

307 P: Era muito dinheiro... aí eu vou trata-lo, eu vou tratar dele.

308 **E: Isso foi tudo num espaço... de um ano?**

309 P: Foi num ano ou mais, sei lá... mais coisa (menos coisa), foi isso... porque eles não
310 descobriam de onde é que vinha aquilo. *Diz* [Diziam] que foi um antibiótico que ele não reagiu
311 bem àquilo, e depois o corpo dele ficou todo uma chaga. E depois então queriam mandá-lo
312 para aquele... hospital velho... onde punham... punham aquelas pessoas que... iam...
313 [impercetível]. E depois tive ajuda de alguém aqui em casa e assim...

314 **E: Ia tendo ajuda de quem? Dos vizinhos?**

315 P: Do posto médico E... o meu sobrinho também vinha cá todos os dias ajudar, e duas
316 (pessoas) ali do Roço (Apoio domiciliário)... também vinha cá todos os dias para me ajudar,
317 mas tirando isso. Eu tinha que estar 24h por dia, sempre ali...

318 **E: Com ele. Foi muito desgastante?**

319 P: Desgastante mesmo...

320 **E: Dona M. diga-me uma coisa, eu à bocado esqueci-me de perguntar... vocês normalmente**
321 **iam os dois à missa?**

322 P: O quê?

323 **E: Gostavam de ir os dois à missa?**

324 P: Ai íamos sempre, íamos...

325 **E: Eram os dois assim religiosos?**

326 P: É, é ele enquanto era novo, não ia assim muito, mas depois veio para cá...

327 **E: Ia acompanhá-la?**

328 P: E ia.

329 **E: Dona M. agora gostava que me falasse um pouco acerca do que sentiu após a perda do**
330 **seu marido, do seu querido. O que é que mudou na sua vida? Após a perda do seu marido?**

331 P: O que mudou da minha vida foi que... pronto, faço uma vida mais... Agora também mudou
332 tudo, porque também não tenho saúde para... se eu tivesse saúde, eu para *espalhar* [distrair-
333 me] maior parte das vezes, não digo que não saísse, que eu não... Coisa que eu gosto muito de
334 passear, e de conhecer coisas e assim... mas agora também não posso não é? Mas... Mas
335 mudou, mudou muita coisa, não tenho a companhia dele, não tenho aquela vontade também
336 de me expor a ir para ali e para aqui. Pronto e agora, pronto! Agora também com a minha
337 saúde, ainda pior.

338 **E: Sente que a sua saúde piorou?**

339 P: Claro, muito. Cada vez pior... cada vez pior. Embora, ele já morreu, já há bastante tempo, e...

340 **E: Mas nos primeiros tempos que ele...**

341 P: Mas eu recuperei muito... mas também tenho piorado muito. Então não é?! Porque a idade
342 também agora já é mais avançada, já é... diferente.

343 **E: E após a morte dele quase logo notou diferença na sua saúde?**

344 P: Ah pois! Notei, muito mesmo...

345 **E: A que nível?**

346 P: Fiquei muito... muito pior. Depois é que comecei a cuidar de mim... porque eu nem tratava
347 de mim, eu... Quase nem podia andar, depois ele... depois de ele morrer é que eu comecei a
348 fazer as cirurgias, é que comecei, a pôr a prótese na anca direita. Que eu já quase não andava,
349 e é assim... e não queria, e tive uma grande ajuda, a minha cunhada ajudou-me muito. A E., se
350 não fosse ela eu desconfio que eu *num* [não]... tinha feito (a operação). Porque pronto, tinha
351 medo de ficar ainda pior, numa cadeira de rodas...

352 **E: É uma operação delicada.**

353 P: E... e ela ajudou-me muito e agradeço muito e assim é que eu comecei a cuidar de mim. Se
354 não eu se calhar já nem estava cá... mas pronto.

355 **E: E a nível socioeconómico notou diferenças? A nível económico não?**

356 P: Ah... notei um bocadinho porque é diferente não é? Até um certo ponto tinha o ordenado
357 por inteiro, depois começou a receber... a reforma, já foi menos, não é? Mas é... depois
358 também gastei muito com ele... as despesas foram muito grandes. Gastou-se muito dinheiro

- 359 em coisas, camas, cadeiras, sei lá... muita coisa, certos tratamentos que eram feitos aqui, que
360 tinham que ser feitos... fisioterapia e coisas assim.
- 361 **E: Mas desde que ele depois partiu, sentiu diferença? A gerir as coisas em casa a nível**
362 **económico, financeiro sentiu diferença? Mais dificuldade? Ou é igual?**
- 363 P: Não, mais dificuldade não.
- 364 **E: Não?**
- 365 P: Não, tenho que gerir a minha vida, e poupar e... pronto!
- 366 **E: Disse-me que antes às vezes ia aos passeios e ele ficava em casa, apos a perda do seu**
367 **marido a dona M. continuou a ir a esses passeios?**
- 368 P: Às vezes vou. Quando é assim só um dia, às vezes vou. Olha, agora temos o de Fátima, dia...
- 369 **E: Dia 18.**
- 370 P: Dia 18, mas eu já não vou, já não me sinto capaz de andar por lá. Já sinto muitas dificuldades
371 nas minhas pernas. E então, como sei que já me custa muito, já não vou, é o primeiro ano...
- 372 **E: Que não vai?**
- 373 P: Primeiro ano.
- 374 **E: Pode ser que entretanto haja outra excursão e que se sinta melhor noutra época.**
- 375 P: Mas gosto muito de sair, disto, das pessoas, de conviver e assim. Gosto muito de
376 piqueniques, gosto muito destas coisas, pronto... mas pronto não posso não posso.
- 377 **E: Pode ir mas vai mais devagarinho, não é?**
- 378 P: Não sei, vamos lá ver... já disse que não ia. que tenho medo de não aguentar e... e não vou
379 pronto! Vamos lá ver. O tempo também esta assim *coiso* [mau]... também está frio. A gente
380 começa com o corpo a arrefecer e... e depois com o problema que eu já tenho nos ossos e
381 aquele... Eu é assim, se me arrefecem os pés e eu vou pôr o pé no chão e não sinto o pé no
382 chão... Já tenho o problema que tenho nos ossos, não é? Depois com o corpo gelado... ainda
383 pior e eu *tomo* [sinto] muito o frio.
- 384 **E: Pois, Dona M. o que é que fez ou faz para superar a dor da perda do seu marido?**
- 385 P: Olhe, procuro distrair-me com a minha vida, com o trabalho, com qualquer coisita que
386 faça... Procuro distrair-me o mais possível... com a televisão, ter a televisão sempre ligada, vou
387 ouvir que está ali uma pessoa a falar para não me sentir tão só. E ... e é o que me vale, é eu
388 interessar-me pela vida, como me interesso por tudo que seja coisas que valha a pena ver, não
389 é?
- 390 **E: Exatamente.**
- 391 P: E... e é o que me vale.
- 392 **E: Mas por exemplo... continua a ir à missa? Reza? Acha que é por exemplo a igreja que a**
393 **ajuda a superar essa dor?**
- 394 P: Ah pois... pois.
- 395 **E: Acha que sim?**
- 396 P: Pois. É isso, é uma das coisas principais.

397 **E: E como é que, que estratégias é que utiliza para viver o seu dia-a-dia? Para passar o seu**
398 **dia-a-dia o que é que normalmente faz?**

399 P: Olhe faço... arrumo a minha casa, ah... trato das minhas coisas, roupas. Ah...

400 **E: Vai ao café não é? Como me disse.**

401 P: Vou ao café... rezo à noite, às vezes mais que não seja, para... pra até vir o sono começo a
402 rezar é a única maneira, mesmo deitada de rezar.

403 **E: Começa a rezar.**

404 P: Às vezes chego a adormecer e não rezar o terço todo. É a única maneira!

405 **E: De adormecer?**

406 P: Eu em vez de estar a pensar na minha vida ou coiso... é rezar. E... gosto de ver a novelas, por
407 exemplo esta, que eu vejo a seguir ao almoço. É tão linda, tão linda, que ainda hoje chorei. Eu
408 gosto imenso daquela novela, porque já deu... Eu já sei que deu mas eu não vi porque não tive
409 possibilidades de ver o horário, não via. E agora está a dar a uma hora que eu realmente estou
410 sozinha, estou aqui. Aquele bocadinho... eu venho do café para ver a novela sossegadinha e...
411 gosto de ver o noticiário, gosto de ver... os debates da política, gosto...

412 **E: Sempre teve interesse.**

413 P: Gosto de ver, gosto. Estes programas que realmente ... que têm interesse na vida. Não gosto
414 de desenhos animados, não gosto de certos filmes, não gosto ... dantes gostava de filmes
415 bons, gostava. Agora não gosto. Mas é assim escolho as coisas que realmente me dão prazer
416 de fazer.

417 **E: E continua a fazer bordados, assim costura?**

418 P: Agora não.

419 **E: Não?**

420 P: Não porque não posso, porque... o problema na coluna. Os braços meche com tudo, não é?

421 **E: Pois...**

422 P: E é isto é uma coisa que também puxa muito pelo...

423 **E: É, é.**

424 P: E estar sentada também (sempre) naquela posição... Gostava muito de bordar também.
425 Também, também faz muito mal e não é porque eu não tenha vontade, porque eu tenho
426 vontade e gostava. Mas o que é, (é que) depois, sinto-me pior.

427 **E: E que coisas mais é que lhe dão mais prazer na vida?**

428 P: Era, era, ter uma coisa que me entreter uma coisa que eu gostasse, costura de bordados de
429 croché e pronto...

430 **E: E por exemplo ir com a sua filha a Lisboa, gosta?**

431 P: Gosto, mas aborrece-me ter que andar muito tempo de comboio... ah de carro. Aborrece
432 fazer as malas, fazer e desfazer... e depois tirar as coisas e depois torna-las a pôr... Aborrece-
433 me, pois... agora estou mais naquela fase de "não faço". Não me apetece, não faço.

434 **E: Pois. Que tipos de apoios físicos ou humanos recebeu apos a perda do seu marido?**

435 P: Ah não recebi nenhuns!

436 **E: Teve ajuda do seu sobrinho não foi?**

437 P: Tive a ajuda do meu sobrinho, enquanto ele foi vivo não é ? Vinha cá sempre ajudar-me e
438 assim... mas pronto... eu sinto que ...

439 **E: E de que mais é que teve ajuda?**

440 P: Eh! Tinha ajuda das minhas cunhadas quando cá vinham, que me ajudavam, e assim. Tive do
441 Roço (apoio domiciliário).

442 **E: Não, mas eu digo após a perda.**

443 P: Ah! Depois da perda? Não, não tive ninguém. Não.

444 **E: Teve um pouco se calhar da sua filha?**

445 P: Não, não podia contar... contava comigo. A minha filha estava lá em Lisboa, não podia vir
446 para cá, se eu insistisse que... que tava mal ela que vinha-me buscar para me levar para lá. E eu
447 não queira sair da minha casa. Às vezes nem dizia.

448 **E: Como é que estava...**

449 P: Nem dizia certas coisas... nem dizia a verdade, para não a ouvir... porque ela começava (a
450 dizer): “Porque a mãe quer! Porque a mãe não quer estar aqui! Porque a mãe assim, a mãe
451 assado”. E depois também se chateava e eu via que ela tinha razão, porque a vida dela era lá,
452 não é? Tinha os filhos lá a estudar, tinha a vida dela lá tinha o marido dela, também não podia
453 exigir... nós não podemos exigir que os filhos deixem de fazer a vida deles, para fazer a nossa.
454 Para nos ajudar...

455 **E: Pois é.**

456 P: Nós, não podemos ser egoístas ao ponto de estragar a vida, de ninguém, não é? E eu não
457 queria... primeiro que tudo quero ver a eles felizes e bem. E eu... pronto suportar a minha dor,
458 e é o que eu faço...

459 **E: Dona M. o que é que gosta mais de fazer depois dessa perda?**

460 P: Eu gosto de fazer tudo.

461 **E: Mas o que é que mais gosta?**

462 P: Gosto de fazer tudo.

463 **E: Assim aqui em casa é?**

464 P: Só que para mim às vezes não me apetece fazer nada.

465 **E: (Risos). Se calhar o que mais gosta é de ver televisão não?**

466 P: É, gosto. Gosto de ver televisão. Gosto, é a única coisa que me distrai agora muito, é isso.

467 **E: E o que é que menos gosta?**

468 P: Olhe é não sofrer! Não ter dores... é eu por exemplo querer-me mexer e... não poder é o que
469 não gosto. Quando eu ponho os pés no chão e me aguento bem em pé, eu fico feliz!

470 **E: Pois.**

471 P: É! Quando eu, não me aguento muito bem em pé e quero ir lá para fora e tenho medo de
472 cair... ou de coiso, olhe já fico triste! E pronto! E é assim!

473 **E: Há uns dias melhores e outros dias piores, não é?**

- 474 P: É! Vamos vivendo conforme agente vai podendo não é?
- 475 **E: Pronto Dona M.**
- 476 P: Olhe... [impercetível].
- 477 **E: Mas e agora já nem tem feito fisioterapia nem nada pois não?**
- 478 P: Agora já não posso fazer mais...
- 479 **E: Já está numa maneira que nem convém...**
- 480 P: É, não... não, porque eu mesmo noto, eu mesmo na cama, às vezes tenho medo de me virar
- 481 assim de repente que as minhas costas... Olhe, agora estou aqui, estou toda ligada.
- 482 **E: Está com aquelas cintas, não é?**
- 483 P: É.
- 484 **E: Já sei como é que são.**
- 485 P: Andei, andei uns dias que não andava com elas.
- 486 **E: E sente-se melhor com isso?**
- 487 P: Ah... Olha agora ela já está um bocadinho [impercetível]. Sinto-me melhor porque me
- 488 *empara* [ampara] mais as costas. Mas... não era isto que o médico queria, que o médico queria
- 489 que eu pusesse o colete.
- 490 **E: Mas ainda custa andar com o...**
- 491 P: Cheguei mesmo a ir lá à clínica para me tirar as medidas para mandar fazer, no Porto... mas
- 492 depois desisti. Desisti porque aquilo... eu não gosto nada de me sentir muito apertada. Eu
- 493 depois com aquilo como é que posso... não posso tratar de mim. Mas ele (médico) disse: "A
- 494 senhora daqui por mais uns aninhos vai se arrepender", e eu já estou...
- 495 **E: A dar conta...**
- 496 P: Mas pronto! Enquanto eu puder cuidar de mim olhe, vou andando.
- 497 **E: Fazer o dia-a-dia não é?**
- 498 P: É. Enquanto não poder... olhe, vou para a minha filha.
- 499 **E: Pois. Dona M. muito obrigada por ter partilhado este assunto delicado comigo.**
- 500 P: De nada. Olhe, eu vou fazer um chazinho.
- 501 **E: Não deixe estar. Já chegamos ao fim da conversa, tem assim alguma pergunta que queira**
- 502 **fazer?**
- 503 P: Eu não sei o que é que lhe ei de perguntar filha... Nada, olhe...
- 504 **E: Muito obrigada por ter esta disponibilidade, em colaborar no estudo.**

ID8

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

- 1 **E: D.^a C., neste momento... a D.^a C. sente-se em luto?**
- 2 P: Sim.
- 3 **E: Eu gostaria que me falasse um pouco acerca de si, da sua vida, das suas origens, se já era**
- 4 **de cá?**
- 5 P: Eu não era daqui, mas vim para aqui.
- 6 **E: E como é que era a sua vida? Em que é que trabalhava?**
- 7 P: Na terra.
- 8 **E: Era no campo?**
- 9 P: Era na terra.
- 10 **E: E depois como é que foi, como é que foi...**
- 11 P: Continuei.
- 12 **E: Foi sempre a sua vida, sempre foi no campo?**
- 13 P: Foi.
- 14 **E: E quando conheceu o seu marido, como é que foi? Ele era daqui?**
- 15 P: Não era de perto, era de perto.
- 16 **E: E foi o seu primeiro namorado, da D.^a C., foi?**
- 17 P: Foi.
- 18 **E: E conte-me um bocadinho como é que foi isso, como é que foi a vossa vida ou o vosso**
- 19 **casamento.**
- 20 P: Foi normal, foi como outro qualquer.
- 21 **E: Vocês passeavam muito, como é que era a vossa relação?**
- 22 P: O quê, depois de estar casados?
- 23 **E: Sim.**
- 24 P: Quando éramos mais novos passeávamos. Agora para o final não queria.
- 25 **E: O quê, não queria ir passear, a D.^a C.?**
- 26 P: Não, ele é que não queria ir e eu também comecei a deixar de ter essa vontade.
- 27 **E: Ele trabalhava no campo como a D.^a C.?**
- 28 P: Não, tinha uma oficina, era marceneiro.
- 29 **E: Acabava por ocupar sempre o seu tempo...**
- 30 P: No campo, eu era no campo...
- 31 **E: Sempre em casa.**
- 32 P: Era, no campo.

33 **E: E como é que vocês, como é que era a vossa relação, como é que vocês se entendiam,**
34 **conversavam muito um com o outro quando tinham alguns problemas ou preferiam um ir**
35 **para cada lado...**

36 P: Ó filha, a vida se... eu por mim... a vida tem altos e baixos, há marés de se zangarem, há
37 marés de estarem bem-dispostos. Há marés de tudo, a vida é assim!

38 **E: Claro!**

39 P: Alguns que estão só aos beijinhos...

40 **E: Isso é só no início!**

41 P: Alguns até no início, dois três meses já estão fora um do outro, sabes como é, é assim, a vida
42 tem altos e baixos. Maré de se andar bem, maré de se andar mal e também de se zangar.
43 *Doutras* [outras] vezes de se andar amuado, mas há de tudo assim!

44 **E: É natural.**

45 P: É assim, é assim filha, não é sempre (um mar de) rosas! Não é sempre rosas...

46 **E: Ele era mais velho que a D.^a C.?**

47 P: Era. Anos e qualquer coisa.

48 **E: Pronto agora vou-lhe fazer então algumas perguntas, como é que a D.^a C., para falar um**
49 **pouco como foi após a perda do seu marido. O que é que a D.^a C. sente que mudou na vida**
50 **após a morte do seu marido?**

51 P: O que é que achei?

52 **E: O que é que sente que mudou na sua vida?**

53 P: Mudou tudo.

54 **E: Mudou tudo, a nível da família?**

55 P: Da convivência com ele.

56 **E: E o seu estado de saúde sente que mudou, também nessa altura?**

57 P: Não, graças a Deus...

58 **E: E a D.^a C. continuou a... eu não sei se a D.^a C. convivia assim com as pessoas aqui, as**
59 **vizinhas ou se às vezes estava com elas. Ao fim de semana como é que era?**

60 P: Olhe, os vizinhos a gente fala, mas anda cada um na sua vida.

61 **E: Não convivem assim muito...**

62 P: Às vezes, quando se vê não é? Mas fora isso, fala-se quando se tem de falar, quando tem de
63 falar...

64 **E: E a nível socioeconómico. A nível económico sente que houve uma grande alteração para**
65 **si? Sentiu mais dificuldade a nível financeiro?**

66 P: Acha que não? Eu não sou rica, não sou rica! Acha que não se altera? E não é pouco! Eu
67 agora é que sei!

68 **E: É mais difícil estar a sustentar as coisas agora sozinha, não é?**

69 P: Claro. Dar a volta sozinha! Dar a volta sozinha... sabe que as coisas não é como era dantes.

70 **E: Conseguiam gerir, resolver as coisas os dois, não é?**

- 71 P: Lá está, dar a volta no dia-a-dia.
- 72 **E: O que é que a D.^a C. fez ou faz para superar essa dor que sente pela perda do seu marido?**
- 73 P: De dia... vai-se... (passando) porque estou entretida nisto ou naquilo, à noite, obviamente é
- 74 pior.
- 75 **E: Mas a D.^a C. lá está, continua a ir ao quarto dele, não evita não é?**
- 76 P: Não.
- 77 **E: Mas sente que faz alguma coisa para se distrair dessa dor?**
- 78 P: Quê? De não ir lá ao quarto?
- 79 **E: Sim, por exemplo no dia-a-dia...**
- 80 P: Não, continuo a dormir no mesmo quarto e no entanto não tenho medo.
- 81 **E: Ai continua a dormir no mesmo quarto?**
- 82 P: Porque é que eu vou dormir para outro quarto?
- 83 **E: Pois...**
- 84 P: Motivo de quê? *Nã* [não].
- 85 **E: E que estratégias é que a D.^a C. adotou para viver o seu dia-a-dia? Como é que procura**
- 86 **fazer o seu dia-a-dia para se distrair?**
- 87 P: Ando no campo a fazer o que tiver mais necessidade de fazer.
- 88 **E: É as lidas de casa...**
- 89 P: É as lidas de casa e vai-se andando no campo, sempre a mesma coisa.
- 90 **E: E às vezes costuma ir assim passear ou até nem por isso?**
- 91 P: [Impercetível] (Ao) Cemitério vou. Fora isso não vou. Para onde é que eu ia?
- 92 **E: E os seus filhos costumam vir até aqui às vezes?**
- 93 P: Vêm, vêm.
- 94 **E: Passar o dia consigo ou o fim de semana?**
- 95 P: Oh filha, eu não sou nova, elas não vão estar presas por mim!
- 96 **E: Claro, mas...**
- 97 P: Se lhes apetecer ir até aqui até acolá a gente vai planeando, eu não vou prender ninguém!
- 98 Elas tem a vida delas!
- 99 **E: Claro...**
- 100 P: Elas tem de seguir a vida delas e eu ando na minha que é o remedio de todos, não é? Acho
- 101 que é assim!
- 102 **E: Que tipo de apoios físicos ou humanos a D.^a C. recebeu? Físicos... humanos estou a querer**
- 103 **dizer se após a morte do seu marido a D.^a C. teve a ajuda de alguém, de alguma filha, de**
- 104 **alguma vizinha que às vezes vem aqui... se teve essa ajuda...**
- 105 P: Oh filha, eu... tenho os meus filhos a vir aqui, as vizinhas se precisarem de vir aqui, (ou se) eu
- 106 se precisar, com quem é que vou falar? Não me interessa estar a falar, não vou falar da minha

107 vida que não tem nada a saber da minha vida! Também não sei a dos outros, às vezes até
108 sabe...

109 **E: E teve algum apoio a nível económico, se calhar da segurança social? Não?**

110 P: Não.

111 **E: Não teve nenhum apoio?**

112 P: Não, se tive não sei. Se tive ainda não sei.

113 **E: Do funeral se calhar?**

114 P: Não, não, ainda não sei.

115 **E: Ah, ainda não sabe! Pois também...**

116 P: Mas sei mais ou menos, mas ainda não sei...

117 **E: Sim, mas à partida tem esse apoio.**

118 P: Mas também isso é uma esmola! Antigamente acho que sim, acho que era assim, segundo
119 me contaram, acho que sim. Agora não, agora acho que cortaram muito... Até nem sei, aquilo
120 que eles cortaram em viuvez, tanto pode ser do homem como ser da mulher, às vezes as
121 pessoas que vivem daquilo, que não conseguem viver, não sei como é que eles fazem...
122 antigamente dizia que dava metade, agora não...

123 **E: Agora é menos.**

124 P: É, a minha cunhada foi o que me disse, e é assim, é em tudo!

125 **E: O que é que a D.^a C. neste momento, o que é que mais gosta de fazer no seu dia-a-dia?**

126 P: Sei lá filha, sei lá o que é que eu gosto de fazer... eu não quero é a constipação que tenho...
127 já estou cheia de ir para o médico! Ainda hoje fui outra vez, porra!

128 **E: Mas assim no seu dia-a-dia não há assim nada que você acorda e depois gosta de ir fazer?**

129 P: Oh filha... vou fazer isto, vou fazer aquilo, empata-se aqui, empata-se ali e chega-se ao fim e
130 não se faz nada! E, e é assim, eu ainda hoje sai daqui de manhã e cheguei aqui ao meio dia! Sai
131 era dez horas cheguei aqui era meio-dia! Eu a pensar, vou fazer isto vou fazer aquilo porque o
132 meu filho não está e chegou-se ao fim foi quando eu demorei mais tempo, está a ver?
133 Também a gente nunca podemos destinar a nossa vida!

134 **E: E há alguma coisa que menos gosta de fazer?**

135 P: Sei lá! A gente no nosso lugar temos de saber fazer tudo.

136 **E: Como?**

137 P: A gente no nosso lugar temos de fazer tudo. Toda a vida não gosta...

138 **E: Às vezes pode não gostar de fazer alguma coisa...**

139 P: Não sei, deixa ver... é o trabalho da vida, tudo tem de se fazer, não é?

140 **E: Mas tem ainda um grande gosto, pelo que eu percebi, pelo trabalho no campo?**

141 P: Tenho... sim. Não quero deixar as coisas ir abaixo! Pelo menos aquilo que eu gostava de ter,
142 enquanto puder faço, quando não puder fica parado! O que é que se há-de fazer?

143 **E: Pronto D.^a C., chegámos ao fim da nossa entrevista, obrigada por ter partilhado estes**
144 **sentimentos comigo...**

145 P: Mais nada não te sei dizer.

146 **E: Pela entrevista e obrigada por ter esta disponibilidade para podermos conversar um**
147 **bocadinho. Obrigada!**

ID9

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante; V: Vizinha

1 **E: A D.^a F. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Tenho o quê?

3 **E: Se se sente em luto? A D.^a F. neste momento sente que está em luto?**

4 P: Sinto-me... mas quê?

5 **E: Se tem aquele sentimento de perda, aquele sentimento... de saudade.**

6 P: De sentir só, de saudade, pois sinto. De me sentir só, pois.

7 **E: Mas sente-se... sente-se...**

8 V: A D.^a F. sente-se em luto, quando nós falamos em luto não é o luto, o vestir de preto, é o
9 luto dos sentimentos, sente ainda muita dor, muito sofrimento, falta, o vazio...

10 P: Pois, que não me chega a preencher.

11 V: Sim, sim. Sim ou não?

12 **E: Ainda se sente assim? Essa dor e esse vazio, aí assim dentro da D.^a F.?**

13 P: Sinto, sinto, mas mais quando estou só, principalmente à noite. Agora já estou assim a ficar
14 bem melhor, porque os dias já são maiores e eu já, já... pronto, eu já vou para o campo e
15 assim. Eu já me distraio mais, mas chego cá dentro fico logo...

16 **E: Pronto. Agora gostaria que me falasse um pouco acerca de si, de como foi a sua vida, das
17 suas origens, se a D.^a F. já era de cá...**

18 P: Depois que ele morreu?

19 **E: Antes, antes de ele morrer, com é que era a vossa vida?**

20 P: Era boa. Era boa, era! Tínhamos, tínhamos aborrecimentos como todos os casais têm, não
21 é? Tínhamos, por vezes... é claro, eu também não gostava que ele muitas vezes saísse e fosse
22 para lanches e para isto e para aquilo e assim, e eu ficar só. Porque a casa também é muito
23 grande e assim (e) eu ficava só, mas de resto, quando tínhamos de planear ir ao Porto ou ir
24 com o meu filho para aqui, ao domingo andávamos sempre juntos, sempre! É o que me dá
25 mais tristeza!

26 **E: É agora chegar a esses domingos, não é?**

27 P: E depois tinha sempre uma pessoa com quem conversar, não é? Com quem desabafar e
28 agora sinto-me só...

29 **E: Como é que era a vossa relação?**

30 P: Por vezes também discutíamos, pois claro, então por vezes... sei lá... uma relação boa. Se
31 bem que foi muito amigo de sair, os sábados para ele eram... eram especiais. Tinha os amigos
32 dele de, de, de... a não ser quando eles vinham para cá para casa. Quando calhava ser sábado e
33 havia reuniões aqui em casa. Nós chegámos aqui a fazer, chegámos aqui a fazer bailes,
34 chegámos aqui a fazer festas, sardinhada e tudo à noite... lá em baixo, naquela mesa de pedra,
35 ele assava as sardinhas e tratava de tudo e eu ajudava e depois no fim fazíamos baile! Pelo
36 Carnaval também já fizemos baile cá! Temos um salão muito grande lá em baixo fizemos baile!
37 Era assim, era uma relação boa...

38 **E: Foi um casamento por amor?**

39 P: Foi, eu acho que foi! Da minha parte acho que foi, da dele também acho que foi. Mas os
40 homens mudam mais do que as mulheres, por mim falo...

41 **E: Como é que foi? Foi o seu primeiro namorado? Como é que foi o vosso envolvimento?**

42 P: Não, não. Não, o meu primeiro namorado não foi. Eu, por acaso estive 5 anos em Arouca a
43 trabalhar e depois pedi a transferência para aqui para *ser* [estar] perto do Porto, como era do
44 Porto. Como a minha família estava quase toda no Porto, eu pedi transferência para aqui para
45 estar perto do Porto, pois sim... depois ia ao Porto de visita.

46 **E: E foi aí que começaram-se a conhecer?**

47 P: Foi num bailarico aqui, também numa casa *duma* [de uma] amiga, quase em frente.

48 V: E o que é que a D.^a F. fazia?

49 P: Era telefonista, telefonista.

50 **E: Aqui, aqui nos correios?**

51 P: Sim aqui, no correio velho não se lembram onde era, mas a mãe (da vizinha) deve saber, era
52 lá. E eu... mas ao domingo, ao domingo... já eu estava na pensão mas ao domingo, vinha
53 sempre aqui comer a casa dele, que a mãe dele gostava muito de mim e o pai morreu. Depois
54 eu vinha cá sempre almoçar e ficava aqui. E pronto. Ele lá andava na tropa e depois ainda
55 andou mais dois anos na tropa, depois veio pronto, ele veio, casámos e foi assim... e Porto 'de
56 grilo'...

57 **E: Deixou de ir ao Porto. Já começou, de Arouca começou a querer vir para aqui para...**

58 P: Para ser perto do Porto...

59 **E: Para ser perto do Porto e depois veio para aqui para namoriscar, não é?**

60 P: Não, de princípio ainda íamos! Íamos fazer praia no Porto, Matosinhos e assim...

61 V: Ao início de casados? Já eram casados?

62 P: Já estávamos casados!

63 V: Já eram casados.

64 P: Ah! Os miúdos já tinham... quase 10 anos, o mais velho já tinha quase 10 anos, foi... E depois
65 é que se lembrou de... fomos com os filhos a Benidorm, conheceu Benidorm, gostou... depois
66 passámos a ir lá fazer férias, a Benidorm, mas eu não gostava nada...

67 **E: E ele trabalhava em quê?**

68 P: Eu não gostava nada de ir para Benidorm, sabe porquê? Porque em Benidorm eu tinha de
69 trabalhar e aqui tinha empregada e lá tinha de trabalhar, porque não queria ir para um hotel,
70 porque eu não gostava da comida espanhola! E tinha de fazer (o comer) e tinha de ir para
71 apartamento. Até os miúdos eram assim: "Oh mamã faz comida portuguesa, faz comida
72 portuguesa". O mais novo, que é o que vive lá baixo, (dizia): "Eu *ajujo* [ajudo], eu *ajujo*
73 [ajudo]!". Ele como não sabia dizer eu ajudo, (dizia): "Eu *ajujo* [ajudo], faz comida
74 portuguesa!". Eu sou franca, eu também quem me tirava a minha comidinha, tirava-me tudo!
75 Mas não gostava nada... gostava muito da praia de Matosinhos gostava, o que é ir e vir todos
76 os dias, ir e vir todos os dias... agora lá (Benidorm) era atravessar a estrada e ir para a praia... e
77 depois o calor de lá... ai Jesus! É horrível!

78 **E: Então, vocês os dois em casal ainda passearam muito?**

- 79 P: Passeamos.
- 80 **E: Passearam muito.**
- 81 P: Depois, a Benidorm normalmente a pessoa vai de carreira e chega lá rápido. Nós não,
82 demorávamos sempre 3, 4 dias, nós ficávamos uma noite aqui outra ali, conhecemos aquilo
83 tudo pelo lá!
- 84 **E: E o seu marido, trabalhava em quê? A D.^a F. era telefonista ali nos correios...**
- 85 P: Não, isto já era depois de casada, depois de casada, depois de coiso... Não, depois de
86 casada, depois ainda trabalhava e... (ia ao) São João... ai esteja calada! Eu preferia trabalhar
87 duas noites lá no correio de noite, duas noites, para poder ir ao São João ao Porto! Era, era!
88 Tinha uma toleima tão grande, tão grande pelo São João!
- 89 V: Então trabalhou no Porto primeiro e só depois é que veio para cá...
- 90 P: Não, eu trabalhei em Arouca. Eu concorri por Arouca, fui colocada em Arouca, depois pedi a
91 transferência para aqui. Aqui acabou, passou a automático, não é? Deixou, acabou os
92 telefonistas, fui para o Porto porque ainda havia telefonistas para ir para o Porto...
- 93 **E: Já em casada?**
- 94 P: Já em casada. O meu filho mais velho tinha um ano e tal, tinha nascido há um ano e tal.
95 Trabalhava no Porto e depois pedi uma licença ilimitada, que nunca mais fiz uso dela, fiquei
96 toda a vida ilimitada!
- 97 **E: Lá no Porto?**
- 98 P: Nunca mais fui trabalhar. Depois o meu marido, naquela altura era, era empregado, depois
99 o cunhado morreu e ele saiu lá da fábrica e então depois é que agarrou...
- 100 **E: Ele pertencia a uma... era dono de uma fábrica, com um cunhado?**
- 101 P: Era sócio de uma fábrica com o meu cunhado. A Frena, não sei se já ouviu falar? Fechou...
102 vai fazer, fez um ano este ano em janeiro que fechou...
- 103 **E: E a D.^a F. disse-me que tem dois filhos. Fale-me um bocadinho acerca desses dois filhos.**
- 104 P: Ai, o meu filho mais velho, aquilo é género pai. É muito bom moço, dito por toda a gente,
105 não é só por mim. O de lá de baixo, (o mais novo) também foi, mas depois meteu-se na
106 droga... foi o piorzinho...
- 107 **E: E como é que foi durante este... durante este tempo em que ele se meteu na droga e**
108 **enquanto o seu marido era vivo, como é que era a vossa relação?**
- 109 P: Comigo e com o meu marido?
- 110 **E: Não, o seu marido e o seu filho e a D.^a F. e o seu filho...**
- 111 P: Com o que está cá em casa?
- 112 **E: Sim, como é que era?**
- 113 P: Sempre, sempre, sempre... quase sempre, vivíamos sempre em discussão. Porque é claro,
114 ele fazia disparates, disparates e depois vinha ter com o pai e o pai, é filho, embora eu também
115 tivesse, tivesse, como hei de dizer, tinha pena mas por último, já estava tão saturada, tão
116 saturada que já... que já nem... nem aceitava muito! Então agora pior, sozinha ainda pior...
- 117 **E: Agora... e o que é que a D.^a F. gostava de fazer e de ocupar o seu tempo, com o seu**
118 **marido, como é que vocês ocupavam o tempo?**

119 P: Aqui em casa?

120 **E: Sim, nos tempos livres, fora do tempo de trabalhar, como é que vocês ocupavam o vosso**
121 **tempo?**

122 P: Eu tratava da vida de casa. Muitas vezes pronto, ele saía e eu tratava da vida de casa e do
123 campo, nunca fui pessoa... jardinagem fazia, tive lá a regar plantas e assim... e croché... fazia
124 muito croché, fiz colchas em croché, panos sem jeito... tudo de croché! E pronto...

125 V: E depois como é que foi todo o envolvimento com o seu marido, como é que aconteceu,
126 como é que ele começou a ficar doente?

127 P: Primeiro foi operado ao coração há vinte e tal anos, depois começou também por... deixou
128 de fumar porque teve medo. Deixou de fumar mas de andar nas patuscadas com os amigos, e
129 lanches e assim, (não)! Comer e beber! Nisso ele não poupava nada! Eu dizia: "Tens de ter
130 cuidado, tens de ter cuidado! Não julgues que tens a saúde que tinhas!" - " Oh, quando morrer
131 morri! Quando morrer morri!" (dizia o marido).

132 **E: Então ele já tinha vários problemas?**

133 P: Eu a pensar, a pensar sempre o pior mas nunca pensava que ele que morria! Pensava que
134 ele que não ia (primeiro que eu)... muitas vezes lhe dizia: "Pronto olha, então, depois ficas cá
135 com a tua família nova, que era com os de lá de baixo, com filho, com a mulher e com bebé,
136 ficas com eles", e afinal foi ao contrário, eu é que fiquei...

137 **E: E há bocado a D.^a F. disse-me que preferia ter ido primeiro do que o seu marido, não foi?**

138 P: Ia porque o meu marido tinha mais estofo embora agora estivesse um bocado abatido e
139 assim já... e o problema do filho contribuiu muito para a doença dele! Muito, muito! E... mas
140 sempre era um homem, sempre reagia melhor do que eu!

141 **E: Ele tinha mais... o seu filho tinha mais respeito ao seu marido que a si?**

142 P: Tinha, tinha, muito! Muitas vezes também o (meu filho) saturava muito, (ele dizia): "Eu
143 porque quero, porque eu quero... porque dá-me, porque assim, porque assado..." - "Já te
144 disse, já não te dou mais, porque assim, porque assado..." (dizia o meu marido). Ou quando ele
145 trazia problemas de multas para pagar, o pai consumia-se, dizia que não pagava mais multas,
146 que não fazia, não acontecia, mas ele tanto o consumia que até aí já eu me metia, para dizer
147 (ao meu marido): "Para que é que estás a dizer que não, tu não sabes dizer que não! Dizes que
148 não, estás aí toda a vida até que por fim vai-lhe dar!".

149 **E: E a D.^a F. conseguia dizer um não até ao fim?**

150 P: Eu? Eu conseguia dizer não, mas não adiantava nada que ele não me ouvia... não me ouvia,
151 só ouvia o pai! E mesmo o pai também é que era o senhor de tudo, o pai é que punha e que
152 dispunha, eu não tinha... embora às vezes desse qualquer quantia, em pouca quantidade mas
153 não podia fazer o que o pai fazia, não é?

154 **E: Durante estes anos de casamento a D.^a F. e o seu marido eram aqui... envolviam-se aqui**
155 **na freguesia, na igreja ou em festas?**

156 P: Íamos, íamos, íamos sempre à missa ao domingo, sempre. Ultimamente até íamos ao
157 sábado para ficarmos arrumados. Nas festas, ficávamos por aqui, colaborávamos cá nas festas
158 do Corpo de Deus e íamos às festas de cá, à procissão, tudo! Eu colaborava com tudo.

159 **E: Sempre participaram muito nisso.**

160 P: Pois. Olhe, vem agora a procissão em maio, eu não sei o que é que hei de fazer, o [ao] estar
161 aqui... costumava iluminar a casa toda e depois ia na procissão, agora sozinha não vou, acho
162 que não, não vou fazer isso! Posso por realmente, iluminar a casa toda, acender as velas e
163 tudo mas para ir na procissão, se calhar não vou! Sozinha não vou! Se tivesse companhia... se
164 calhar não vou!

165 **E: Se for com uma amiga, uma vizinha, ainda era capaz de ir?**

166 P: Ah! Se fosse com uma amiga até era capaz de ir! Agora essa minha prima que é muito minha
167 amiga e que também faz parte da organização, ela gosta de ajudar a tudo, tudo, tudo, mas no
168 fim gosta de ver a procissão, não gosta de ir.

169 **E: Quer ficar a ver.**

170 P: Gosta de ver, o que fez! Ver o que fez! Ela diz sempre todos os anos que não ajuda, não
171 ajuda, já não tem idade para ajudar, mas convidam e dizem-lhe que ela é obrigada, nem que
172 seja só para explicar como é que é.

173 **E: Pois, já não consegue dizer que não, já é muito experiente...**

174 P: É verdade, é verdade! Ah, mas ainda outro dia, os tropas conhecidos do meu marido, que
175 andaram na tropa com ele, tínhamos um passeio todos os anos com os tropas, íamos para o
176 sul e assim e vieram-me fazer o convite para eu ir para o passeio e eu assim: "Ai, por amor de
177 Deus, nem pensar!" - "Então a senhora não... pronto, pronto, pronto... então a senhora... nós
178 aparecemos aí qualquer dia." Até hoje, nunca mais apareceu! Queria que eu fosse... ia eu
179 sozinha! Todos... é tudo casais e eu ia sozinha! Nem pensar!

180 **E: Exato. Não se sentia bem, não é? Antes ia sempre acompanhada.**

181 P: Nem pensar!

182 **E: Como é que a D.^a F. se sentiu após a perda do seu marido? O que é que sente que mudou**
183 **na sua vida?**

184 P: Olhe, foi... isto para mim foi quase como, sei lá... para mim foi um desabar de tudo mau para
185 mim...

186 **E: Mudou-lhe tudo...**

187 P: Senti, senti-me de rastos!

188 **E: Como é que a D.^a F., sentiu diferença a nível da saúde? Após a perda...**

189 P: Como?

190 **E: A D.^a F. sentiu diferenças na sua saúde após a perda do seu marido?**

191 P: Senti diferença?

192 **E: Sim.**

193 P: Mas quê?

194 **E: Na sua saúde.**

195 P: Na minha vida?

196 **E: Sim, na sua vida e na sua própria saúde.**

197 P: A falta maior que sentia foi a presença.

198 **E: A presença dele.**

199 P: Senti-me só. De resto o meu filho (mais velho) faz-me tudo, não quer que me falte nada.
200 Traz-me tudo. Às vezes até coisas que eu nem lhe peço mas que ele sabia que eu gostava!
201 Traz-me tudo!

202 **E: O seu filho do Porto?**

203 P: Do Porto.

204 P: O daqui... o daqui...

205 **E: Vai mantendo o contato com ele?**

206 P: Como?

207 **E: Se a D.^a F. vai tendo contato com o seu filho, vai falando com ele?**

208 P: Com o do Porto?

209 **E: Não, este daqui.**

210 P: Sim, traz a menina (a neta)! A menina (a neta) já não precisa que a menina foge logo para
211 aqui! Vem da ama e vem (e chama): “Oh vó, Oh vó”, hoje até foi o dia em que não a ouvi, não
212 sei o porquê, ela calou-se, calou-se, ou ia mesmo a dormir ou qualquer coisa... Chama sempre
213 por mim, beijinho, mas às vezes vai nas escadas, vem para trás, beijinho, beijinho, mas não,
214 (hoje) nem sequer a ouvi... depois logo que venha do infantário... e depois é assim, quer... vem
215 para o meu quarto, quer dançar, eu quero ver televisão, ou estou a ouvir o terço e ela é assim:
216 “Oh vó, estás a ouvir o terço? Ainda falta muito? Ainda falta muito? Está acabar?”, às vezes
217 está a começar (e ela pergunta): “Está acabar?” Depois liga-me o rádio, vai para o espelho e
218 quer dançar... *quer* [quer-se] dizer, ela distrai-me um bocado mas também irrita um bocado!
219 Principalmente quando eu estou a querer... por exemplo a missa, eu estou sempre caladinha,
220 ao domingo a ouvir a missa o mais baixo possível para ela não acordar, que ela dorme aqui
221 neste quarto pegado ao meu e... Mas quando ela acorda vai logo, (chamar a avó): “Oh vó”, e
222 ah! Chega lá e é assim: “Oh vó, põe assim, põe assim as mãos” e às vezes vê os pastorinhos de
223 joelhos à Nossa Senhora: “Oh vó, olha, vê... vê os meninos estão assim!” e ela faz assim... por
224 acaso é muito engraçada e distrai bem uma pessoa, mas quando está com sono ou quando
225 está assim de má, não sei, faz cada disparate! Atira-me com o que tiver e pronto! Mas isso não
226 me admira porque ela foi gerada numa época em que a mãe andava muito nervosa, porque o
227 pai era como era e ela teve um gestação muito... E outra coisa, como era menor, nós também
228 não aceitávamos muito que ele a tivesse trazido para casa, que ela era menor e a família não
229 sabia dela. Ela fugiu de casa! Tanto que depois, quando eu ouvi dizer que a família não sabia
230 dela disse ao meu marido para dizer à guarda.

231 **E: Como é que é a sua relação com este seu filho? Com a sua neta ainda vai mantendo essa**
232 **relação, ela vem aqui todos os dias, não é?**

233 P: Não, mas a miúda gosta muito de vir para aqui, gosta então do avô, ai meu Deus! A mãe já a
234 levou ao cemitério (e ela diz): “Oh vó, oh vó, o avô P. morreu, foi para o céu, está no buraco
235 fundo mas foi para o céu?” Foi as coisas que a mãe lhe disse e ela já compreende aquilo tudo!
236 Já diz: “Tenho saudades do avô P.! O Avô P. morreu? ”. No dia em que ele morreu, ele foi regar
237 a horta e ela ia para o infantário a pé e ele ainda pegou na mangueira e finge que ia molhá-la,
238 e ela: “Molha mais! Molha mais, vó! Molha mais!”. Ele fingia que ia molhá-la, não ia molhá-la!
239 Mas ele, ele brincava assim com ela... ela tinha uma toleima por ele que eu sei lá! E andou ali
240 assim um tempo, muito em baixo, depois reagiu, são crianças, reagiu! Mas eu não achei nada
241 bem que a levassem ao cemitério tão pequenina!

242 **E: Sim é pequenina, 3 anos. Mas o seu filho costuma vir cá ver como a D.^a F. está? Costuma**
243 **vir ver como é que... se precisa de alguma coisa... este seu filho daqui, ou raramente vem cá**
244 **cima?**

245 P: Não! Quando vem cá acima é só para agredir! Para agredir o irmão ou me agredir a mim!
246 Dizer que eu que dou tudo ao menino e que assim e que assado...

247 V: Mas é agredir sempre por palavras?

248 P: Só, só palavras.

249 **E: Ou pedir, não é, ajuda?**

250 P: Sim! Ai, atira-me à cara que: “Se não fosse o meu pai dava-me isto... se não fosse o meu
251 pai...” - “Então, olha, telefona-lhe para lá! Ele que te dê!” É assim! (E o filho diz): “E tu não me
252 fazes falta nenhuma, o meu pai é que me fez falta...” E isto custa (ouvir)!

253 **E: Custa... porque só sente o apoio do seu... Pelo menos tem o seu filho do Porto que lhe dá o**
254 **grande apoio, não é?**

255 P: É mas... ele em parte tem... até tenho medo que ele venha por aí acima! Se ele viesse por aí
256 acima e me ouvisse aqui a falar alguma coisa dele... Oh! Tinha que aturar eu! Você sabe muito
257 bem como ele é! Eu já lhe tenho dito muitas vezes (ao meu filho): “Olha, pronto, a casa é
258 minha, quando não estiveres bem põe-te!”. Já lhe tenho dito muitas vezes: “Se achas que não
259 estás bem, se achas pouco eu estar a dar casa, água, luz, gás e pão” e fora o que ele vem
260 buscar cá (em) cima sempre ao frigorífico! Quando (penso que) tenho as coisas para comer, já
261 não tenho!

262 V: É a D.^a F. que faz de comer para...

263 P: Para mim, para mim! Ai, para eles fiz muito tempo! Mas o pai já tinha dito, já tinha dito...

264 V: Mas agora?

265 P: Agora não, é ela que faz! Não, às vezes, ao fim de semana é que digo à miúda: “Queres
266 comer com a avó?” e ela come. “É massinha?” (diz a neta). Ela gosta muito de massinha! “É
267 massinha?” (diz a neta). Às vezes não é massa, mas eu tenho que fazer massa porque ela quer
268 massa! É canja, massinha, canja... é o Deus dela!

269 **E: A nível de festas, o que é que... o que é que sente que mudou na sua vida também?**

270 P: Como?

271 E: Nas festas, no Natal, as festas que marcam...

272 P: Fui passar o Natal ao meu filho ao Porto mas custou-me muito, muito!

273 V: Foi uma mudança. Foi sem o seu marido o que não é habitual...

274 **E: Normalmente já lá ia ao Porto passar com o seu marido?**

275 P: Quando ia, ia com o meu marido e eles também chegaram a ir. No último ano estivemos lá
276 todos, parece que foi o último, parece que eles até adivinhavam...

277 **E: Foram todos juntos?**

278 P: Foram lá, porque o do Porto é padrinho da menina, são padrinhos da menina! Fomos lá
279 todos!

280 **E: E como é que está a pensar fazer estas festas da Páscoa e isso, como é que a D.^a F. está a**
281 **pensar fazer?**

- 282 P: Nas festas do Natal? Não, eu passei lá o Natal e o Ano Novo!
- 283 **E: E na Páscoa, como é que...**
- 284 P: Agora na Páscoa é que eu não sei. Ainda não combinei nada. Que a minha nora do Porto,
285 também (ela) foi agora, foi internada agora, a semana passada, faz sexta-feira oito dias que ela
286 saiu esteve internada, (e eu) ainda não sabia de nada. Ele, ele é que me perguntou: “E vais ali
287 ao compasso? “Não, sozinha não!”. E outra coisa, não me sinto, não me sinto com disposição...
- 288 **E: E antes a D.^a F. ia assim à missa?**
- 289 P: Ah?
- 290 **E: Antes a D.^a F. ia à missa com o seu marido? Após...**
- 291 P: Ia, ia à missa com o meu marido. Depois vínhamos, víamos o compasso, o compasso aqui
292 passa por volta das sete horas, vem ter aqui a este compasso. O último ano, veio o meu filho
293 do Porto, os sogros dele, era aqui uma casa de gente! Vinham uns amigos e tudo!
- 294 **E: Mas mesmo ao domingo, a D.^a F. ia à missa com o seu marido e após a morte do seu**
295 **marido, a D.^a F. continuou a ir à missa?**
- 296 P: Não, nunca mais fui!
- 297 **E: Nunca mais?**
- 298 P: Nunca mais! Fui à missa do 7^o dia com o meu filho e fui à missa duas vezes no mês de maio.
299 Mas depois meteu-se o inverno, o frio... é assim... depois já lhe disse (ao filho), quando
300 começar o tempo bom, quero ir à missa! Se ele não vier, vou à missa, chego lá já cansada,
301 muitas vezes não tinha lugar, tinha de ir sempre quase com 20 minutos de antecedência para
302 arranjar lugar, porque senão tinha de ficar de pé... depois quando ia com o meu marido, depois
303 vinha de carro, não é? Mas agora tenho de vir a pé!
- 304 **E: Pois, ainda é um bocadinho! E quando é que foi a ultima vez que a D.^a F. foi ao cemitério?**
- 305 P: Foi nos Fieis, foi nos Fieis...
- 306 **E: Foi nos Fieis... este ano?**
- 307 P: Já passado!
- 308 **E: Sim, em 2014.**
- 309 P: Pois este ano ainda não vieram!
- 310 **E: Pois...**
- 311 P: Foi olhe, foi uma prenda... fiz anos nesse dia, foi uma prenda horrível!
- 312 **E: Ai, fazia anos nesse dia?**
- 313 P: Nem quero pensar...
- 314 **E: A nível económico sentiu que mudou também? Houve uma alteração a nível financeiro... a**
315 **D.^a F., após a morte do seu marido sentiu que houve uma alteração a nível económico? Ou**
316 **manteve-se, ou começou a ter mais dificuldades para gerir a casa...**
- 317 P: Não, a maior dificuldade foi a de ficar só porque de resto... ah... tenho dificuldade em
318 cozinhar, porque já viu o que é estar a fazer um assado só para mim? Quando o meu filho
319 vinha cá comer eramos dois, sim senhor, de resto nunca mais, nunca mais fiz assados.
- 320 **E: Não lhe dá aquela vontade...**

321 P: É (faço) comidas mais rápidas, mais simples...

322 **E: O que é que a D.^a F. faz ou fez para superar a dor da perda do seu marido?**

323 P: Olhe agora, agora... foi, foi no centro de saúde que me disseram que uma vez que eu tinha
324 este problema sentimental, que devia ter pedido ajuda *psicólogo* [psicológica].

325 **E: Psicólogo, pois, mas ainda vai a tempo se...**

326 P: Oh agora... o pior já eu passei aqui... sozinha, aqui na sala...

327 **E: Mas ainda pode ter um acompanhamento de um psicólogo, em que pode desabafar, falar**
328 **e encontrar...**

329 P: Agora já estou assim um bocado mais conformada, mas naquela altura senti uma revolta tão
330 grande, tão grande!

331 **E: Foi tudo muito rápido, muito de repente... o que é que...**

332 P: Quando eu mais precisava agora de paz e sossego... Vou lá baixo ao campo ou assim, tenho
333 também, lá em baixo tenho plantas, vou tratar de plantas ou vou mudar um vasito ou outro,
334 depois venho. Depois venho para cima, se me apetece lanchar qualquer coisa lancho, se não
335 me apetece, pronto vejo um bocado de televisão e pronto!

336 V: Distrai-se então um bocadinho com o campo, com o ver televisão...

337 **E: Com a jardinagem?**

338 P: Apesar que o meu filho diz: “Não vás *pró* [para o] campo, não vás *pró* [para o] campo, podes
339 cair e depois...” e eu assim: “Olha...”. Eles, eles realmente agora não estão, que eles agora vão
340 para o Porto, a miúda só vem às 6 horas da ama e ele também se calhar, não está cá em casa,
341 e digo assim: “Mas olha, eu vou para o campo, mas se eu cair no campo sou capaz de ter mais
342 sorte, porque se eu puder gritar qualquer pessoa de uma estrada ou da outra pode-me ouvir
343 gritar, aqui em casa é que não, não é?”. Porque em casa é que ninguém sabe, se eu cair aí
344 sabem lá se eu estou caída ou se não estou.

345 **E: Que estratégias é que a D.^a F. adotou ou adota para viver o seu dia-a-dia? Como é que**
346 **procura viver o seu dia-a-dia para se distrair?**

347 P: Como é que quê?

348 **E: Como é que procura viver o seu dia-a-dia para se distrair? Que estratégias adotou?**

349 P: Agora já vou vendo televisão...

350 **E: Para enfrentar...**

351 P: Agora já vou vendo televisão e vou arrumando, se bem, se bem que a mulher vem todas as
352 semanas, mas durante a semana cuido da casa, que é pouco, é a cozinha e o quarto de banho
353 e o meu quarto. De resto é isso e pronto. De vez em quando vem cá alguém (ajudar nas
354 limpezas).

355 V: E às vezes vai ali à...

356 P: Vou à minha cunhada.

357 **E: Continua a ter esses contatos?**

358 P: Vou, vou até lá há minha cunhada e venho, mas custa-me muito, porque chego aqui a casa e
359 sinto-me... parece que ainda me sinto mais... se estou cá já estou cá, não é? E outra coisa que
360 me ajuda muito também é o telefone! Telefona-me uma pessoa, telefona-me outra, depois

361 pego no (telefone) móvel e levo para o quarto. A miúda pega no nele e eu já disse, ela parece
362 que vai ser telefonista também! Mal toca o telefone ela corre até cai! Outro dia até caiu ali
363 para vir. “Está? Estou? Olha, quem é? Estou?” Conhece logo tudo, conhece tudo!

364 **E: Com quem é que a D.^a F. costuma falar mais ao telefone?**

365 P: As minhas irmãs. Só tenho duas mas é todos os dias. De manhã não, mas à tarde e à noite
366 falo com elas.

367 **E: Todos os dias fala com elas?**

368 P: Sempre com elas. Ah! E do Porto, com os do Porto ainda há bocado estive a falar com eles à
369 hora do almoço e logo à tarde volto outra vez a falar com a neta, com a nora e com o filho.

370 **E: Costuma estar com as suas irmãs?**

371 P: Ah?

372 **E: A D.^a F. costuma estar com as suas irmãs?**

373 P: Não. Só pelo telefone, de resto... Ah! Estive no Natal! O meu filho convidou a minha irmã
374 para ir lá para eu não estar tão só, diz ele, à última da hora! Foi tudo resolvido à última da
375 hora! (o meu filho perguntou-me): “Olha, e a tia M. aonde vai?” - “Olha, não sei, diz que vai... a
376 tia M. diz que vai a casa da filha, é... diz que vai a casa da filha” e depois o meu filho resolveu
377 telefonar para lá (e disse): “Ouçam lá, vocês não querem vir aqui? Vinham aqui e tal...”. Depois
378 é que ele lhes disse que era por causa de mim que eles os convidou, para estarmos assim mais
379 em conjunto!

380 **E: Pois, foi uma maneira de estar com a sua irmã!**

381 P: Pois, e depois no Ano Novo fui lá outra vez!

382 **E: Ainda esteve duas vezes com ela!**

383 P: Vim na quarta-feira, parece que foi na quarta-feira...

384 **E: Que tipo de apoios físicos ou humanos a D.^a F. recebeu após a perda do seu marido?**

385 P: Como?

386 **E: Que tipo de apoios físicos ou humanos... ajudas que teve?**

387 P: Oh, não tive ajudas nenhuma, fiquei aqui sempre só! Ah, não! Os primeiros quatro dias o
388 meu filho veio dormir cá (em) cima, dormia lá em baixo. Veio dormir cá em cima e, e depois
389 pronto... começou, as coisas... ele começou logo a querer isto do pai, a querer... com, com
390 problemas e pronto! Depois foram dormir lá para baixo, agora já dormem cá em cima outra
391 vez... é assim!

392 **E: E teve mais algum apoio, por exemplo da sua irmã? Ou da sua cunhada, não é?**

393 P: Não, a minha cunhada telefona-me todos os dias, todos os dias! Telefonou sempre desde
394 que eu fiquei nesta situação (diz-me): “Então, está tudo bem? Está tudo bem? Há alguma
395 novidade?” Pronto, telefona-me sempre. Agora até já sou eu que falo para ela também para
396 perguntar, para ver se está tudo bem, é assim... mas passei aqui dias muito...

397 **E: Ela também é viúva?**

398 P: Ela está viúva, tem uma empregada, de dia viúva está, a da noite viúva está, uma antiga
399 empregada dela que está a viver lá ao lado. Ela oferece casa, ofereceu-lhe a casa porque ela
400 era empregada que está a viver lá ao lado mesmo pegado à mecânica, vive lá, também vive lá...
401 Às vezes *juntamos* [juntamo-nos] lá sete e oito viúvas! Ah! E agora tenho cá uma cunhada

402 minha que é irmã dela, também está viúva, está lá com ela também! Eu assim: “Vá lá! Parece
403 (que tens) um asilo!”

404 **E: Mas cada uma em sua casa, não é?**

405 P: Poça, Deus me livre!

406 **E: E teve mais algum apoio? Algum apoio... se calhar teve aqueles apoios que já é normal da**
407 **segurança social, não é?**

408 P: Não.

409 **E: Não teve?**

410 P: Não tive. Disseram-me se eu pedisse podia ter tido, mas não, nem me lembrei disso e ainda
411 mais, ainda mais! Se eu nem podia ver televisão! Eles diziam-me: “Ai, liga a televisão que ao
412 menos ouves o noticiário” ao menos assim, ao menos assado, estás mais acompanhada... ui!

413 **E: Nos primeiros dias não conseguia...**

414 P: Agora já vou ligando a televisão, mas tive ali dois meses que...ai! Horrível! Horrível! Horrível!
415 Tinha a televisão no quarto, nunca ligava a televisão! Nunca, nunca! Ligava o rádio, ouvia o
416 terço, ouvia a missa... ai não! Para ouvir a missa ligava!

417 **E: Ligava, fora isso não ligava a televisão. O que é que a D.^a F. mais gosta de fazer?**

418 P: De fazer? Agora? Tenho de fazer tudo...

419 **E: Mas há alguma coisa assim que você faça que goste de fazer? Que tenha assim aquele**
420 **carinho em fazer...**

421 P: Gosto de ir até lá baixo ver as plantas e mexer nas plantas, regá-las e mudá-las se for
422 preciso, de resto não tenho assim mais... agora croché já não faço. Fiz muito croché mas agora
423 já não tenho, já não tenho paciência para fazer croché.

424 **E: Já não tem paciência... aquilo ainda é complicado!**

425 P: Ai, eu ainda me lembro de estar aqui a fazer croché e o meu marido, coitado, era assim:
426 “Para que é que estás a fazer croché, para que é que estás...” porque eu estava a fazer croché
427 mas depois com a televisão, chegava-me o sono, adormecia, ao outro dia via que estava mal,
428 não deixava... desmanchava. Mas procurava desmanchar sem ele estar a ver, senão ele dizia:
429 “Para que é que tu estiveste ontem a trabalhar se hoje estás a desmanchar?”. Quando tinha de
430 desmanchar, não desmanchava diante dele porque já sabia que ele que estava sempre a
431 atirar! Mas gostava muito de fazer croché! Muito, muito, muito!

432 **E: Mas ainda fez até... Quando é que deixou de fazer croché? A partir de que momento é que**
433 **deixou de fazer o croché?**

434 P: Ai, a partir para aí há 3 anos ou 4 (anos), ainda fazia. Ainda tinha uns restos de algodões
435 para acabar mas depois era algodão grosso, a agulha era fina, a grossa nunca mais a vi, e não
436 estava para ir comprar outra, não faço mais croché!

437 **E: E há assim alguma coisa que goste menos de fazer?**

438 P: Que menos gosto de fazer?

439 **E: Sim.**

440 P: Sei lá, (o) que menos gosto de fazer... arrumar a cozinha! Não! Sou obrigada a arrumá-la!
441 Nem tenho máquina de lavar a loiça, sou obrigada a lavar.

442 **E: Mas, se calhar, é uma coisa que até nem gosta muito de fazer, se pudesse...**

443 P: Não tenho assim nada, o que mais... o que menos gostava... gostava, mas não era... mas ao
444 mesmo tempo não fiquei a gostar, foi de podar. A semana passada (a podar) as roseiras todas
445 que me piquei toda e depois, ainda para mais, fui apanhar as aparas das roseiras entre as
446 urtigas, ai Jesus! Fiquei com as mãos todas a ferver! Isso é que eu não gostei nada! Ai credo! E
447 a miúda já percebe, que ela já se picou nas urtigas (e disse): “Oh vó, Oh vó” – “Mostra o dói-
448 dói, mostra o dói-dói!” E eu, ai noutro dia em que me cortei com uma faca e ela assim: “Oh vó
449 a faca é maluca, fez um dói, é maluca, não é? Não pegues nela, não pegues nela. Já *sarou*
450 [curou]? Já *sarou* [curou]?” Estava sempre a perguntar.

451 **E: É muito carinhosa.**

452 P: Mas gostei de ir, porque ninguém me mandou, eu é que gostei de ir cortar as roseiras mas
453 havia de ir com luvas, não tinha nenhuma, nem me lembrei de ir comprar luvas. Olhe, fui
454 assim, e pus as mãos, desgracei... agora já está tudo bem! Mas eu assim, se calhar foi o ultimo
455 ano para o ano já não vou fazer.

456 **E: Não, para o ano já compra umas luvas!**

457 P: Ah, para o ano já precisa outra vez, todos os anos...

458 **E: Pois, para o ano compra umas luvas para não se picar! Pronto D.^a F., muito obrigada por**
459 **ter partilhado esta sua experiencia e essa sua vida comigo e por ter tido esta disponibilidade**
460 **para termos esta conversa. Obrigado!**

ID10

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: L. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Eu ainda me sinto em luto. Ao fim de 5 anos eu ainda me sinto em luto. Queria tentar, não
3 de vez, mas... como é que eu hei de explicar ser mais, mais, mais... não ser tão pesado, eu...

4 **E: Queria libertar mais um bocadinho.**

5 P: Libertar mais um bocadinho o verdadeiro luto, *num* [não] é? Mas ainda me sinto em luto.
6 Para ser sincera eu ainda me sinto em luto.

7 **E: Ah... L. gostaria que me falasse um pouco a cerca de si, como é que era a sua vida antes da**
8 **perda do seu marido. Das suas origens, se era daqui...**

9 P: Sou. Sou natural de Paços de Ferreira, nasci aqui, o meu marido também, (era) meu vizinho
10 por acaso (risos). Foi o primeiro namoro, foi o único homem que amei e... as minhas origens,
11 os meus pais não eram naturais de Paços (Paços de Ferreira). A minha mãe era de Vilela, o
12 meu paizinho era de Ferreira, uma das freguesias do concelho. Pronto, vieram morar para aqui
13 e aqui ficamos, a morar e (a) *vivemos* [viver].

14 **E: Como é que foi essa relação do vosso namoro, como é que foi?**

15 P: A nossa relação foi uma relação muito bonita porque o meu marido era muito namoradeiro,
16 muito salto em bancos e depois quando veio começou a namorar comigo... A minha sogra ah...
17 entrou em pânico, porque nós éramos vizinhos que ela pensou: "Ai ela vai namorar aqui uma...
18 a vizinha". Eu era muito amiga com a minha cunhada, a irmã (dele), mas não foi por ser amiga
19 dela que começámos a namorar, porque o meu marido não me dizia nada. Era um vizinho. Se
20 eu algum dia pensava que íamos namorar. Pronto e a minha sogra pronto, quando começámos
21 a namorar, com o meu marido fomos... Que ele era padrinho de uma menina que morava por
22 baixo da nossa casa e ela fazia um aninho e então, ah... A menina foi criada connosco, estava a
23 ser criada connosco e eu... A mãe (da menina) fez uma festinha do primeiro aniversário da
24 menina. Ele como era padrinho... e então a mãe fez um magusto e o meu marido começou-me
25 a descascar castanhas e a pôr na minha frente, e eu disse-lhe: "Muito obrigada mas eu tenho
26 mãozinhas para descascar as castanhas", pronto e assim começámos. Ah... estava no café com
27 a irmã, (e) ele vinha sentava-se na nossa mesa e com as primas, com as primas direitas que
28 hoje somos muitas amigas e dali começou. Começámos a vir para casa todos juntos e ele
29 começou a pôr-se a meu lado a conversar. Nunca me pediu em namoro, e ali começámos a
30 namorar e foi assim. Ah... o meu marido foi a 17 de março para Angola e deu-se a seguir o 25
31 de abril, de 17 de março a 25 de abril, por pouco não ia para Angola. Deu lá 17 meses, já tinha
32 dado 17 meses cá foi para Angola e deu 18 meses lá, porque ele depois... Ele foi mas teve lá
33 aqueles meses todos, foi quando foi a Independência e aquilo tudo.

34 **E: Sim ainda ficou...**

35 P: É. Ainda ficou lá 18 meses em Angola.

36 **E: E vocês namoraram durante...**

37 P: Nós namoramos durante 5 anos.

38 **E: Namoraram 5 anos?**

39 P: Cinco anos. Sim. Portanto, depois o meu marido veio, tivemos quase dois anos. Portanto o
40 meu marido veio a 5 de agosto de... ai meu Deus... 5 de agosto de... ora casei em 77, 75! O meu
41 marido veio a 5 de agosto de 75 e eu casei a 30 de janeiro de 77.

42 **E: 2 anos depois.**

43 P: E no mesmo ano... eu casei a 30 de janeiro e o meu filho nasceu a 11 de dezembro, no
44 mesmo ano que tive o meu primeiro filho. *Tive* [Estive] 2 meses sem engravidar ao 3º mês
45 fiquei grávida do meu filho. E depois passado 7 anos nasceu a minha segunda filha. A minha
46 filha. Fiquei com um casal.

47 **E: Ah sim. Mas já viviam nesta casa? Vieram logo, construíram logo esta casa?**

48 P: sim, sim. Foi o meu pai que nos construiu.

49 **E: E, e, em que trabalhava a L. e o seu marido?**

50 P: Olhe quando era solteira, o meu paizinho como esta ligado á indústria de móveis ah eu, era
51 na lacagem e aqueles... dourar móveis. Ah... Cheguei a fazer retoques de dourados na nossa
52 igreja, no altar... e trabalhava para o meu pai. Era dourar cadeiras, mesas de centro, *cardencias*
53 [?], molduras.

54 **E: E era isso.**

55 P: Era, era.

56 **E: E o seu marido o que é que era?**

57 P: Estava ligado à pedra, fazia lareiras, tudo que estava... colunas, tudo ligado á pedra. Sim.

58 **E: E como é que era a vossa relação?**

59 P: A nossa relação era...

60 **E: Como é que ele era...**

61 P: O meu marido era uma pessoa muito, muito, com muita cultura para a idade, para a época.
62 Que ele era uma pessoa que tinha a 4ª classe e... mas como ele lia muito, lidava com muitas
63 pessoas, pronto... com muita cultura e era muito respeitado. O meu marido tinha muita cultura
64 para ter só a 4ª classe. Era. Era. Uma pessoa bem falante. Era sim senhora, e podia falar com
65 ele cultura geral fosse o que fosse.

66 **E: Que ele sabia.**

67 P: A minha nora ainda hoje diz ela assim: "Ele para falar... ele podia falar sobre que assunto
68 fosse, sobre... portanto não vou entrar em línguas, inglês ou francês, falava alguma coisa e
69 assim, mas pouco. Agora a nossa história, o nosso património, tudo de norte a sul do país
70 conhecia tudo e falava sobre tudo. Tenho ali as enciclopédias, livros, tudo o que saia
71 comprava. Sentava-se, lia, lia, lia.

72 **E: Ele gostava muito de ler.**

73 P: Ler. Adorava ler. Ainda na última que ele estava a fazer a *National Geographic* era a última
74 coleção que ele estava a fazer que saia todos os meses aquela revista, que dá a vida selvagem
75 ao domingo que ainda hoje dá.

76 **E: Sim.**

77 P: Ah... era o que ele lia. E depois era os livros que saiam. Todos os livros que saiam. Ele
78 devorava livros, mas a minha filha sai ao pai.

- 79 **E: É igual.**
- 80 P: E deve-se a isso. Ele também gostava de ler e acho que deve-se a isso muito à cultura, à
81 cultura geral dele era a leitura.
- 82 **E: Sim de certeza.**
- 83 P: Sim.
- 84 **E: E como é que era a vossa relação? Como é que a L. descreve o seu marido?**
- 85 P: O meu marido para mim era mesmo verdadeiro marido. Um marido maravilhoso. Era, eu
86 vou dizer a verdade e com sinceridade! Eu é que era às vezes um bocadinho mais ranhosa.
- 87 **E: (Risos)**
- 88 P: Era mais picuinhas, mas eu acho que o ser, o meu... a minha mesquinheza às vezes eu penso
89 que se devia à minha doença. Porque como tive paralisia facial muito pequenina os médicos
90 diziam sempre que eu estava marcada.
- 91 **E: Com que idade?**
- 92 P: Com 9 meses.
- 93 **E: Ah, eu pensei que tinha sido agora mais velha.**
- 94 P: Não, 9 meses e todos os médicos diziam que eu tinha ficado marcada para toda a vida. E eu
95 penso que às vezes que, eu penso não! Tenho a certeza que às vezes que eu era mais
96 mesquinha precisamente, eu era muito agitada, eu sou muito nervosa. Já... fui sempre assim.
- 97 **E: Sim.**
- 98 P: Sim, sim. E depois se as coisas não corressem lá como eu queria às vezes era assim um
99 bocado... mas ele tinha uma coisa boa como ele era mais calmo.
- 100 **E: Já não ligava.**
- 101 P: Era. (Dizia): “pronto “tens razão, pronto está bem, tudo bem”. Ia dar umas voltas, ia até lá
102 em baixo, que ele fumava. Fumava um cigarro vinha, chegava ao pé de mim: “Então já estás
103 melhorzinha? Estás mais bem dispostinha?”, pronto começava-me a rir (risos) as coisas...
- 104 **E: Já passavam.**
- 105 P: Pronto, mas era *graça de adeus* [graça de Deus].
- 106 **E: E como é que a L. descreve a vossa relação? Como é que... ainda abocado me disse, já**
107 **depois do casamento iam os dois passear...**
- 108 P: Sempre, de mão dada!
- 109 **E: Olhe L. isso nem sabia.**
- 110 P: De mão dada, ele, ele, apanhava-me logo a mão. Íamos por exemplo, agora vai começar o
111 tempo a aquecer, acabávamos de jantar, arrumava a cozinha e lá íamos os dois, por aqui, por
112 acolá, de mão dada e íamos. Nunca saíamos os dois de lado a lado sem estar ou ele com o
113 braço por cima de mim, sempre, ou com o braço *enfiado* (colocado) no braço ou de mão dada.
114 Nunca, nunca andamos na rua assim (sem ser assim). Por exemplo outro casal qualquer
115 *podíamos* [podiam] andar ah... (Nós) não precisávamos de andar (de mão dada), mas não, ele
116 era muito carinhoso.
- 117 **E: Pois era isso que eu ia dizer havia ali muito carinho.**

118 P: Era, Era muito meigo e tem uma coisa que o meu marido tinha que, ele... por exemplo: nós
119 íamos na rua o meu marido dava-me um beijo e eu dizia: “Oh L., oh por amor de Deus” ele
120 (dizia): “Hui mas eu por acaso não estou a beijar a minha mulher?”.

121 **E: (Risos).**

122 P: Ele não tinha, não fazia questão nenhuma de me dar um beijo na face. Nos íamos pela rua a
123 conversar e ele tumba (dava um beijo). Não, não tinha problemas nenhuns. Eu tenho
124 fotografias quando nós íamos, saíamos, *graça de adeus* [graça de Deus] por acaso conheci
125 bastante, o meu pai também pagou-nos varias viagens aos filhos e ah... E quando saíamos
126 todos juntos, e ele agarrava-me assim ao pescoço, à cara, beijava-me assim em frente a todos
127 lá em baixo, quando estávamos a jantar com os meus pais, faziam anos isto e aquilo. Sempre,
128 sempre, sempre. Mas até com a minha mãe, tenho ali fotografias, ele a beijar a minha mãe,
129 *botava* [colocava] a mão ao pescoço da minha mãe a beijar a minha mãe na face. Era, era, era.

130 **E: Era uma pessoa carinhosa para toda a gente.**

131 P: Para toda a gente.

132 **E: Para toda a gente.**

133 P: E não é por acaso que no dia do funeral dele, aquela igreja, por aquele jardim parecia a festa
134 do corpo de Deus. Os amigos, todos amigos, vizinhos (fala com emoção) é verdade, e no
135 jornal... o jornal da terra (trazia) as dedicatórias, ainda vejo muitas vezes amigos dele. Pessoas
136 amigas quando me veem, vejo olhos com lágrimas (nas outras pessoas) a falar do meu marido.
137 E isso enche-me de orgulho.

138 **E: Claro, orgulho nele.**

139 P: Uma pessoa de muito respeito *graça de adeus* [graça de Deus], muito respeito. Ele era
140 respeitado mas também respeitava.

141 **E: Respeitava muito as outras pessoas. Disse-me que ele abocado, disse-me abocado que ele**
142 **trabalhava na junta.**

143 P: Era, era, pertencia à junta sim, era secretário.

144 **E: Havia uma grande envolvimento.**

145 P: E quando partiu tinha sido as eleições antes, ele tinha passado para tesoureiro.

146 **E: Ah.**

147 P: Como ele tinha mais tempo disponível ah, devido à doença. Quando ele era secretário era
148 quando ele trabalhava (fala com entusiasmo) e depois como ele já estava com baixa... por
149 causa de assinar cheques, para fazer isto, para receberem dinheiros. Então, ele então ficou
150 tesoureiro, mas foi pouco tempo, que ele partiu.

151 **E: Havia então uma grande envolvimento dele na freguesia.**

152 P: Na freguesia, sim, sim.

153 **E: E da L. também participava assim muito na freguesia, ou era mais...**

154 P: Não eu era às vezes nos protocolos. Eu não era muito muito de... que fosse gostar de estar
155 assim no pódio mas pronto, quando se faziam assim jantares disto e daquilo, acompanhava o
156 meu marido, sempre sempre. Sim, sim.

157 **E: Ah... ah... L. quer-me explicar como é que... primeiro se me poder dizer como é que, como**
158 **é que vocês faziam para se divertir.**

159 P: Ah sim, o meu marido dizia sempre que não era ‘pássaro para gaiola’, quer chovesse, quer
160 não chovesse. Ao domingo, às vezes frio, nós aqui tão quentinhos, dizia-me ele assim “L.
161 vamos dar uma volta” - “Oh L. (marido) chove tanto olha o vento, estamos aqui tão tao bem”.
162 Ele tinha aqui um cadeirão, estava sempre aqui sentado a ler, e eu gosto muito de fazer
163 bricolagem e tal, eu punha (colocava) um plástico aqui e estávamos aqui os dois. “O carro não
164 é furado, não chove lá dentro” e às vezes custava-me tanto! Mas lá iam-me vestir para nós ir
165 (irmos). Então o que ele gostava muito, era irmos por aí a baixo, ah, então, era (até à) Foz, ou
166 num sítio onde ele pusesse o carro virado para o mar e ficávamos dentro do carro. Ele a
167 apreciar o mar e depois encostava-se, lia, depois conversávamos e eu levava o croché.

168 **E: (Risos) e fazia isso...**

169 P: A fazer croché, pronto. Depois vínhamos, parávamos em qualquer lado *a lancha-nos*
170 [lanchar] os dois e vínhamos embora.

171 **E: Ia ver outras vistas era...**

172 P: Era. Sim, sim.

173 **E: Depois com certeza que a L. depois acabava.... Custava sair de casa, mas de certeza que**
174 **ficava melhor.**

175 P: Era. Mas depois era aquela coisa de a gente... depois de sair já me sabia bem. Às vezes eu
176 não queria sair, estava tanto, tanto frio, de inverno e tudo. (Ele) Dizia que não era ‘pássaro de
177 gaiola’, ele disse para andar... (tocou o telemóvel). Olhe vai dar-me licença, só para... (foi
178 atender a chamada).

179 **E: Sim. Iam sair ao domingo?**

180 P: Ao domingo, íamos a beira-mar, vínhamos embora, às vezes a chover.

181 **E: E vocês os dois, eram, eram pessoas de ir bastante à missa?**

182 P: Ai, o meu marido sim. O meu marido nisso...

183 **E: Queria ir sempre à missa.**

184 P: Sempre à missa. Olhe, quando estava no hospital internado, chegou lá o Padre para... a
185 perguntar se... com a comunhão, para lhe dar a comunhão, se ele queria. Primeiro foi
186 perguntar, podia não ser católico e essas coisas, e o meu marido disse que sim. E ele disse se
187 queria comungar e o meu marido disse-lhe: “Eu quero, mas amanhã de manhã o Senhor Padre
188 vem aqui por favor, para eu me confessar e depois eu recebo a comunhão”.

189 **E: Ele tinha essa ideia.**

190 P: Sim. Era católico praticante.

191 **E: Bastante.**

192 P: Bastante.

193 **E: E a L. acompanhava.**

194 P: Sempre. É... quase sempre íamos os dois juntos à missa. Ou às vezes ao almoço fosse mais...
195 acender o fogão lá em baixo, assar ou assim. Então o meu marido ia à missa das onze, depois à
196 tarde íamos para cima, ele ficava no Q., no café, não conhece mas é à beirinha da igreja. Eu ia à
197 missa e ele esperava por mim e vínhamos os dois embora.

198 **E: E... L. se agora me poder falar um bocadinho como é que, como é que foi o aparecimento**
199 **dessa doença...**

200 P: Da doença.

201 **E: Do seu marido. E como é que foi todo esse envolvimento.**

202 P: A doença do meu marido... começou por uma dor no peito do lado esquerdo, e o médico de
203 família não deu importância nenhuma! Deu importância porque o meu marido tinha duas
204 hérnias discais e tinha sido operado na Prelada e tinha tirado uma hérnia. Então ele atribuía
205 que a dor no peito vinha da coluna, pronto. O meu marido... cada vez pior! Cada vez pior com a
206 dor, e andava a analgésicos. Então ele quando vinha de trabalhar, vinha num sofrimento
207 medonho enfiava-se logo na banheira com água quente a tomar banho e tal. Depois o que eu
208 fazia... eu tinha um cobertor de estender no corredor para ele ficar no duro para puder
209 aguentar a dor. Depois como é que ele andava? Andava sempre assim, apertar aqui o peito,
210 que era do lado esquerdo.

211 **E: Sim.**

212 P: E... E começou a passar muito mal as noites, sentava-se, deitava-se aqui, mais acolá. Uma
213 noite, foi toda a noite. Eu de manhã disse: “L. (marido) isto hoje vai ter de ter uma solução, ou
214 para São João ou para Penafiel. Nós temos que ir para qualquer lado. Isto não pode
215 continuar!”. Eu peguei e disse à minha filha: “Liga para o Doutor V.”. Porque ela tinha gravado
216 no telemóvel... o meu marido também tinha. E lembrei-me vou-me ‘agarrar’ ao Doutor V. e
217 ainda liguei ao Doutor V.. “Diz ao Doutor V. se ele por favor se vê o pai. O pai anda com aquela
218 dor e a dor não lhe passa. Eu já não acredito nada no Doutor. L.” (dirige-se para a filha), que é
219 nosso médico de família. E era de família mesmo que era amigo! Foi ao nosso casamento. E
220 então... estava-se acabar de formar. E então a minha filha ligou ao Doutor V., (que) estava de
221 serviço no centro de saúde e disse: “Oh S. diz ao teu pai que passe lá que estou no centro de
222 saúde para o ver”. E ele foi. Foi e diz ele: “Olha vai ali à Radelfe (clínica privada) e vais fazer um
223 raio x”. E o meu marido foi fazer o raio x. Foi fazer o raio x e ele (médico) disse: “Olha eu às 2
224 horas (da tarde) entro outra vez e traz-me (raio x)... traz mesmo sem relatório para eu ver”. O
225 meu marido chegou lá com o raio x e ele disse: “Oh L. tiveste alguma pancada no peito, aqui
226 do lado esquerdo?”. E ele disse: “Oh Doutor que me lembre não, só se for pancada antiga. Mas
227 eu não tenho... a dor está aqui mas eu não sinto nada. “ Ah, está aqui uma manchazinha mas
228 eu não consigo distinguir o que se passa aqui. Mas está aqui qualquer coisa, uma manchazita.
229 L. olha vamos fazer um taque! Vamos fazer um taque e vai... e já ficamos a ver o que é”. Ah... o
230 meu marido disse: “Está bem Doutor”, ele passou a cartazinha para fazer o taque, nós fomos
231 fazer o taque logo a pagar. Fomos para o Campos Costa e eu cheguei lá com o meu marido, e
232 ela perguntou se era urgente, e o meu marido: “Ai, não, não. Não” e eu disse: “É sim! Urgente
233 e quero... quanto mais depressa melhor”, e ela disse: “Pronto”. O meu marido fazia anos... fez
234 anos no dia 24 de maio e foi fazer o taque no dia 25 e ela disse assim: “Olhe... ah... eu antes do
235 dia 28 *num* [não] é possível entregar e ao fim da tarde. E o meu marido disse: “Ai eu dia 28 não
236 posso buscá-lo que eu tenho de ir com o Presidente de Junta ver um terreno” e eu disse: “Não
237 faz mal eu venho buscá-lo”. Ela disse: “Olhe, ele está mesmo só ao fim da tarde, não lhe posso
238 dar antes” e eu disse: “Não. Eu no dia 28...” eram 7 horas (da tarde), diz ela: “Pronto no dia 28
239 está aqui que eu tenho o taque pronto”. Mas eles nem me telefonaram, não me disseram nada
240 porque eles ao fazer o taque eles viram logo. Eu cheguei lá levantei o taque. Eu não tenho o
241 habito de abrir exame nenhum, nem o meu marido, nunca abrimos exame nenhum, nem os
242 meus filhos. Eu não abro análises... um exame que eu vá fazer. Eu não abro nada, o médico é
243 que é competente de abrir os exames, eu não tenho esse feitio não abro. Cheguei a casa ah...
244 pus o taque, vim ao meu roupeiro e pus o exame dentro, pronto. O meu marido tinha ido lá
245 com o Presidente de Junta ver o terreno, chegou diz ele: “Foste levantar o taque?” e eu disse:
246 “fui”, mal eu sabia que tinha a bomba atômica dentro do meu quarto. Pronto, ao outro dia
247 levantou-se tomou banho, vestiu-se e ligou para o Doutor V. e disse “ Oh doutor eu já tenho

aqui o taque” e diz ele: “Olha passa *para a* [na] hora do almoço, ao meio dia. Vai lá ter comigo à clínica. Para nós, ah... para eu ver, e para nós cuscar um pouco”, por causa da política. Bem! E então ele disse-me assim: “L. vai-me então buscar o taque que eu ainda vou passar pela Junta e vou fazer horas para ir ao Doutor V.”. Pronto, ele saiu. Estava um dia de chuva miudinha, assim aquela chuva miudinha, dia 29 de maio de 2007. Ah... o meu marido foi, eu tinha matado uns frangos... ele gostava muito de arroz de cabidela, então fiz dois (tachos de) arroz, dois tachinhos. Um para mim e para o meu marido e um com arroz e ervilhinhas e franguinho. Porque a minha neta gostava muito de ervilhas, ainda hoje! É uma louca por ervilhas de greiro! Eu tinha a calda pronto mas não podia meter o arroz ele nunca mais vinha, nunca mais vinha e eu era... e dizia a minha filha... a minha filha e a minha neta estavam a acabar de almoçar. E a minha filha dizia: “Os homens dizem que as mulheres quando levam o língua...” aquela coisa que a gente costuma... aquele tema que a gente costuma usar, os homens são piores que as mulheres. E eu disse: “O que faz isso é a politiquice” pronto. Mas eu calma, bateu meio-dia, bateu meia hora, bate uma hora e eu disse: “Caramba”. Eu não queria estar a ligar porque era uma falta de respeito eles estarem a conversar e eu estar a incomodar.

E: Sim.

P: O médico, que nem se quer (queria) dinheiro para consultório, e mesmo que levasse. Pronto, nisto ouço a carrinha na rua, fui logo ao fogão meter o arrozinho. Ele pegou, foi aqui a baixo e *num* [não] subia as escadas. Eu abri aqui a porta e chamei pelo meu marido e disse: “Oh L.” e ele disse: “Já vou”. O que ele estava a fazer lá em baixo? Estava a chorar, depois é que eu vi. Nisto ele soube as escadas e estava a porta assim um bocadinho aberta porque eu nem fechei, então ele vinha com um guarda-chuva no braço, com o taque debaixo do braço e entra nesta porta a chorar. Eu agarro-me ao pescoço dele (fala emocionada) e só disse: “Oh L., o que é que tu tens?” e a minha filha igual. Ele só me disse: “Oh mulher! Eu tenho um tumor e tenho de ir já para Penafiel”, trazia já a carta do Doutor. V.. Ele em Penafiel só esteve 8 dias, ele de Penafiel depois foi para o São João para fazer os exames, o mielograma, biopsia óssea, e foi aí que detetaram o... o... porque o mielograma prenunciou-se aqui. Ele tinha um tumor entre a 4ª e 5ª costela de 6 centímetros. Pronto, estive lá de quarta a quarta em Penafiel depois começou a ser tratado no São João, fez radio, desapareceu, desapareceu o tumor, mas a doença estava lá (fala serenamente). Dia 29 de maio de 2007, pronto depois começou a ser tratado no... no São João. Depois fez... portanto...

E: A auto...

P: A autotransplante ah... Portanto teve duas vezes internado, quando foi para tirarem as células para purificar e depois para as receber outra vez, aí é que ele fez duas vezes quimio, meia hora só mas chegou. Que ela foi daquela... aí é que ele ficou sem cabelo nenhum, ah... e depois teve de fazer outra vez meia hora de *quimio* [quimioterapia], para receber. Teve [Esteve] outra vez 28 dias internado no isolamento. Não sei se quer... o isolamento era (explica o que é o isolamento 09:47 – 10:11, 1ª gravação). E estive ali 28 dias por duas vezes.

E: E depois foi aí que fez isso...

P: Sim. E depois, ah... portanto não fez mais nenhum autotransplante, fez, tirou, purificou e depois foi quando ele teve aquela fase muito boa.

E: Passado... Esteve 4 anos assim tudo normal...

P: Sim normal, e depois de repente começou com... com aquela pequenina falta de ar e falta de força nas pernas. Foi quando ele foi, eles fizeram-lhe um raio x e fizeram os exames na urgência. Foi quando a minha filha casou e então ah... ah... como é que eu hei de dizer, as... As figuras que deu no exame, até a própria médica dela... ah... a que estava ligada a ele, na... na...

294 hematologia oncológica, dava uma pneumonia foi o que ela me disse que ele tinha, a mim e
295 aos meus filhos. Mas não era, mas não era a pneumonia (fala serenamente)...

296 **E: Como é que se chamava?**

297 P: Mieloma. Mieloma múltiplo.

298 **E: E depois desses 4 anos deu essa dor e é que foi para o hospital...**

299 P: Foi para o hospital e depois era assim... ele enquanto... as células estavam boas ele não
300 perdia valores mas depois começou a perder. Por exemplo, ele fazia hoje duas transfusões de
301 sangue, por exemplo.

302 **E: Durante esses 4 anos ele andou a fazer transfusões de sangue?**

303 P: Não. Fez pois, pois ele fazia. Primeiro quando ele meteu as células que estavam purificadas
304 foi mesmo assim, ele não fazia transfusões. Ele estava muito bem, tinha era que fazer análises
305 lá, era tudo no São João, nunca mais fez nada fora, e então os valores estavam maravilhosos.
306 Era aí que eles viam que a doença estava estabilizada mas depois quando começaram a fazer
307 análises e os valores... por exemplo, ele metia hoje duas transfusões de sangue, faziam análises
308 amanhã, os valores estavam ótimos. Mas depois íamos sexta-feira e os valores já estavam no
309 fundo. E depois começou a ser as plaquetas também, levava duas transfusões de sangue e
310 uma de plaquetas. E foi aí que os valores começavam ah... estavam assim, de repente estavam
311 bem, de repente já estavam no fundo. Depois tornavam a subir, tornavam a descer. Pronto e
312 ele começou, começou então, ah... nas articulações dores horríveis, ah... e começou... O que
313 ele teve foi uma coisa boa, foi autónomo praticamente até ao fim e alimentava-se bem. Comia
314 muito bem. Só quando fez o autotransplante é que não. Ah... não podia comer, tinha restrições
315 ah... não podia por exemplo, comer uma maçã, tinha que a descascar grosseiramente. Não
316 podia comer nada de alface, tomate, tinha de ser coisas só biológicas e bife grosso, fígado e...

317 **E: Que não tivesse químicos.**

318 P: Químicos. Sim, sim. Mas ele comia tudo isso, eu arranjava tudo.

319 **E: L. depois quando lhe deu aquela dor forte ah... como me disse quando lhe deu aquela dor**
320 **ele foi para o hospital, não foi?**

321 P: Na fase terminal?

322 **E: Sim.**

323 P: Foi. Quando lhe deu a dor que lhe deu... ele teve... aí quando ele foi para o hospital, foi mais
324 com a falta de ar, ele era com a boca aberta. E eu nunca tinha visto o meu marido assim
325 (exemplificou). Era com a boca aberta e com falta de ar e depois ele foi para baixo, foi ali à
326 clínica. O médico que estava de serviço pôs-lhe um bocadinho de oxigénio, *dá-lhe* [deu-lhe]
327 uma injeção e ele ligou-me... e depois ele disse logo que era melhor ir para o São João. E foi, foi
328 e não voltou.

329 **E: Ah, já foi aí que ele ficou no hospital.**

330 P: Foi e não voltou. E depois aí é que ele tomou morfina que até aí não tomava morfina. Quer
331 dizer ele tomava o *Suberdol* [?]. O *Suberdol* [?] era em SOS e tinha... eram em cápsulas, e tinha
332 um bocadinho que era um medicamento que eu trazia, eu trazia do... da farmácia ambulatório
333 numa saca alta preta. Assim (exemplificou) com medicação, fora aquela que eu comprava.

334 **E: Era muita coisa.**

335 P: Muita coisa. Muita coisa. Mas se tudo isso tivesse valido (chora). E então o *Suberdol* [?]
336 também tinha um bocadinho de morfina, quando lhe dava aquela dor forte, e então era nas
337 articulações. O mieloma ataca as articulações, tudo! Os joelhos, os tornozelos...

338 **E: Ele depois ele quando esteve no hospital quanto tempo é que ele ainda esteve no**
339 **hospital?**

340 P: *Teve* [Esteve] 15 dias. Quinze dias a morfina, começou (a deixar de fazer efeito)... ele
341 começou a entrar, a perder... os olhos fechados, abria... raramente abria os olhos. Eu de volta
342 dele: “Oh L.”, ele abria assim os olhos (exemplificou), e depois claro com a morfina tinha sono.

343 **E: Começou a perder capacidades.**

344 P: As capacidades. E tinha um plasma assim em frente à cama e eu uma vez... A primeira coisa
345 que eu comecei a notar que o meu marido *num* [não] estava bem, ele diz-me assim: “Oh L.
346 olha-me aquela senhora que está ali... não estás a ver a esposa do senhor D. de Paços!” e eu
347 disse: “Oh L. aquela senhor D.?” que é um senhor... esse homem já partiu, esse senhor. “ Oh L.
348 *num* [não] é!” – “ Então não é? Não estás a ver?” – “ Oh L. *num* [não] é (fala serenamente).
349 Onde foste buscar agora a esposa do senhor D. Olha, tu deves estar a sonhar, descansa um
350 bocadinho”. E outra coisa que eu notei foi que depois... eles só deixavam... eu pedi autorização
351 à enfermeira chefe para deixar entrar a minha neta. E então, eu encostei-me na beira da cama,
352 ele sentou-se, deitou as pernas a baixo da cama e eu agarrei-o com máscara e com tudo e a
353 minha neta com o telemóvel tirou-nos duas fotografias, tenho-as ali reveladas. E... a menina
354 agarrou-se a ele, ele deu um beijinho à menina e tudo e eu vim trazer (a neta), porque a
355 menina tinha de ser acompanhada por mim, que eu tinha a autorização. Então eu descí, vim
356 trazer cá em baixo à minha filha e à minha nora, e depois eu subi e disse assim: “E então a
357 nossa B.” e ele olhou para mim e diz ele: “Quem?” – “L. então a nossa menina, então ela tirou-
358 nos uma fotografia e tudo”. Ele olhou para mim e disse assim, já com os olhos muito vasos: “Eu
359 não vi a menina” eu disse: “Oh L., tu não viste a nossa menina? Tu não te lembras da M. então
360 eu fui leva-la lá em baixo agora”, diz ele: “não (fala serenamente). *Num* [não] vi a menina”.

361 **E: Já estava a perder as capacidades.**

362 P: Ele não viu a menina e agarrou-se a mim a tirar a fotografia. Nós os dois. Mas eu mesmo
363 assim não estava a acreditar!

364 **E: Não estava acreditar no que estava acontecer.**

365 P: Não, não. O meu marido ia voltar para casa.

366 **E: E quando é que a L. acreditou?**

367 P: Acreditei quando o oxigénio deu o assobio e desligou! E (quando) o meu marido virou assim
368 a cabecinha e ficou. A cor, a cor... ele... porque o oxigénio desligou e assobiou.

369 **E: Mesmo quando por exemplo... a L. teve que assinar um papel de consentimento não foi?**
370 **Ah... Porque os médicos já não viam grandes possibilidades...**

371 P: Nenhumas.

372 **E: De ele melhorar...**

373 P: De ele melhorar.

374 **E: Mesmo assim quando a L. assinou ainda não acreditava?**

375 P: Ah, eu dizia sempre os milagres existem. Eu acredito que os milagres existem e hoje ainda
376 continuo a dizer.

377 **E: Sim.**

378 P: Para o meu marido não. Mas os milagres existem. Eu acredito.

379 **E: Para o seu marido não, porque agora já acredita que ele partiu.**

380 P: Que ele partiu. Eu agora acredito que ele partiu, porque muito tempo... o meu marido
381 estava cá.

382 **E: Nos primeiros meses.**

383 P: É, que ele estava cá.

384 **E: Ah... pode-me descrever como foi essa partida. Abocado descreveu-me que o pode**
385 **acompanhar até ao fim, não é?**

386 P: Sempre.

387 **E: Porque é que resolveu fazer esse consentimento? Assinar...**

388 P: Pelo facto de ver o meu marido, que ele... as dores eram tantas que ele partiu um
389 bocadinho... já partiu... já tinha partido... ele tinha os dentes... O meu marido não levou um
390 dente, com carie! Não levou um dente chumbado, nunca tirou um dente, nunca. Ele tinha os
391 dentes lindos! Uns dentes fortes! E ele que tanto bateu de sofrimento (que) um dente partiu
392 (fala serenamente). E depois de eu ter tido aquela conversa com a Doutora M. J. que o
393 acompanhou sempre na doença que é... é formada... dizem que é a perola do São João. Diziam
394 e eu acredito, da hematologia oncológica (suspirou). Que as imagens falharam muito, não era
395 aquilo que eu pensava. E eu a ver o meu marido naquela cama, não falava para mim, não
396 olhava para mim, com a máscara do oxigénio, só alimentado a sonda, já nunca mais comeu
397 nada, nada. Ali assim! E eu a ver eles a meter o... a querer espetá-lo, eles *num* [não] viam veias,
398 eles estavam aqui... Ele já todo negro, espetavam aqui, espetavam aqui, espetavam ali. Era na
399 barriga... eles já não tinham mais por onde pudessem espetar, ele já... as células deve estavam
400 a ficar mortas.

401 **E: Então a L. decidiu fazer isso para dar a dignidade.**

402 P: Assim eu vi que o meu marido partiu com dignidade. É porque ah... é assim os cuidados
403 paliativos depende da maneira como são dados, *num* [não] é? Porque há aquele cuidado
404 mais... aquele tratamento mais frágil, em que eles... eles tem um, um final, terrível! Eu vi! Eu vi
405 uma amiga minha, uma grande amiga minha desde o nosso primeiro ano de liceu, de colégio
406 que nós aqui não tínhamos liceu, tínhamos colégio de ferreiras. E ele partiu... eramos grandes
407 amigos... partiu no IPO. Estava com o... estava nos cuidados paliativos, mas não era suficiente,
408 ela estava num sofrimento, que ela batia com a cabeça por todos os cantos, coisa terrível, e o
409 meu marido não. O meu marido estava calminho, estava... partiu em paz. Eu sei... eu sei que
410 lhe tirei 4 ou 5 dias de vida, eu tenho consciência disso e no princípio pedia-lhe perdão porque
411 eu se calhar não devia ter feito isso (chora). Mas ele partiu com dignidade. E a minha irmã "Oh
412 madrinha não te culpes, deixa-te estar. O L. está bem, o L. está sossegadinho. Ele vai partir
413 com dignidade" e depois aconteceu o mesmo com a minha mãe (fala emocionada).

414 **E: Aconteceu o mesmo com a sua mãe...**

415 P: Mas eu (no caso) da minha mãe eu disse: "Não, não! Fiz isso uma vez, não faço mais!", e
416 depois assinou a minha irmã. A minha mãe... sabe com que doença a minha mãe partiu? Ouve
417 falar na esclerose lateral amiotrófica, essa doença nova que anda aí.

418 **E: Sim.**

419 P: Aquilo é que é terrível, aquilo é que é terrível.

420 **E: Mas ela... surgiu já no fim.**

421 P: A minha mãezinha? A mãe sofreu... começou aparecer... o meu marido partiu em dezembro
422 e a minha mãezinha em fevereiro descobriu-se e no dia de natal partiu.

423 **E: Foi tudo muito rápido.**

424 P: A minha mãezinha ficou assim... Era uma senhora (foi buscar e mostrou uma fotografia da
425 mãe), não era como eu pequenina! Era de uma elegância, alta, bonita!

426 **E: É muito parecida com a L.**

427 P: E este é o meu marido. Aqui é a roupa do casamento da filha, 6 de novembro e ele partiu a 2
428 de dezembro. Seis de novembro, feriado municipal que a minha filha casou e ele partiu a 2 de
429 dezembro. É para ver... ele tinha o cabelo encaracolado.

430 **E: Essa fotografia é dessa data.**

431 P: É do casamento da filha foi a roupa que ele levou, menos a gravata. Era tudo a estriar.

432 **E: Levou a gravata que ele queria.**

433 P: A tal de riscas na diagonal! O meu marido tinha o cabelo muito lindo, muito encaracolado
434 quando fez a *químio* [quimioterapia] ele caiu. Quando nasceu, nasceu liso e não tinha cabelos
435 brancos.

436 **E: E a antes tinha?**

437 P: Não, o meu marido não tinha cabelos brancos.

438 **E: Nunca teve.**

439 P: Como a mãe, a minha sogra só depois de uma certa idade é que começou a aparecer. O meu
440 sogro, ainda tenho sogro com 93 anos.

441 **E: Fogo, nota-se que era uma senhora com estrutura...**

442 P: Era

443 **E: L. quer-me falar agora um pouco... depois da perda do seu marido o que é que a L. acha**
444 **que mudou na sua vida? O que é que sentiu depois da perda do seu marido. O que é que**
445 **sentiu que mudou na sua vida?**

446 P: Tudo! Tudo (fala emocionada)! Olhe, nós tínhamos um grupo de cavaquinhos já há muitos
447 anos, o meu marido tinha sido o que fundou, era ele o presidente. Começámos no ensino
448 recorrente ah... numa brincadeira forma-mos o grupo de cabaquinhos. Temos uma vocalista
449 lindíssima que canta o fado que é uma maravilha. Ainda atuou no domingo para angariar
450 dinheiro para os implantes auditivos, para os meninos que nascem surdos, mudos.

451 **E: Sim.**

452 P: Ele atuou (varias vezes). Ele pertencia ao grupo. Ah... gravamos um cd ah... nós íamos, ah...
453 cantar as janeiras para as festas do corpo de Deus, para angariar dinheiro. Andámos apanhar
454 neve, chuva e frio, o que calhava. Desde a partida do meu marido nunca mais consegui pegar
455 num cabaquinho.

456 **E: Mas conseguiu ir ao grupo, acompanhar o grupo?**

457 P: Ah... por exemplo, no sábado elas (grupo de cavaquinhos) atuaram ali na biblioteca, no
458 auditório e eu estava na plateia. Mas elas a tocarem e as lágrimas a caírem pela cara a baixo. E
459 a D^a F. cantou um fado, "A cidade vai à praça" e o meu marido era sempre " D^a F. não se vai

460 embora” (relembra um episódio anterior antes de ir ter falecido). Nós ensaiávamos na junta, “
461 Não se vai embora sem me cantar um fadinho” e ela cantava muitas vezes essa a cidade vai
462 ah... ah... à praça ah... meu Deus como é que é? Ai [impercetível] como se chama aquele
463 nome?

464 **E: Não tem problema.**

465 P: Pronto. E ela cantou e eu não consegui...

466 **E: Teve de sair dali...**

467 P: Não, mas as lágrimas caíram logo pela cara a baixo. Mudou por exemplo... uma coisa, essa
468 coisa... isso mudou, também deixei de ir à sénior uns mesitos, ainda não fui, uns poucos meses
469 mas ainda não fui.

470 **E: A L. dá aulas na Universidade Sénior, não é?**

471 P: É, às quartas-feiras.

472 **E: E a partir daí ainda não...**

473 P: É, não. Ao princípio tive 2 ou 3 meses sem ir mas depois fui, depois fui e continuo, já há dez
474 anos.

475 **E: Claro.**

476 P: Depois há certas coisas que eu ah... digo: “Olha se calhar vou” mas depois acabo por não ir.
477 Depois acabo por não ir, parece que me sinto, não sei. Parece que (não) me sinto bem. (E) mais
478 os meus filhos incentivam para eu ir “Vai, vai mãe e não faças isso e assim”. Por exemplo, os
479 arautos, não sei se ouve falar nos arautos do evangelho, aquela Nossa Senhora.

480 **E: Sim, sim.**

481 P: Por exemplo, agora dia 18 de abril vou a Fátima, vamos sempre. Ah... aqui nesta rua toda, a
482 Nossa Senhora anda aqui, tem aí uma zeladora e nós vamos. Ah... os da comissão de festas, do
483 Corpo de Deus vão fazer, ah... uma excursão a Santiago de Compostela. Já lá fui mais do que
484 uma vez com o meu marido, e eles andaram aí para arranjar pessoas para encher os
485 autocarros para ir buscar um bocadinho também. O pai do A. (vizinha) também vai... vieram
486 aqui, fez sábado 8 dias ah... “Ai a L. vai *num* [não] vai?”, (e eu) disse: “Pronto depois vou ao
487 cartório dar o nome e pagar” e é no dia 25 de abril. Eu disse: “oh dia 18 vamos para Fátima é
488 assim um bocado mais cansativo” eu assim, pronto. Ah... agora já me estou a libertar mais um
489 bocadinho já vou...

490 **E: já se vai integrando.**

491 P: Sim, já vou... pronto já, já... a Fátima já ia. Mas pronto já vou a Santiago, pronto, como as
492 pessoas são todas assim, daqui, assim, pronto. Já, já vou.

493 **E: Na sua saúde notou diferença L.?**

494 P: Ai sim, sim. Já era bastante doente e complicou-se mais um bocado. Complicou-se,
495 complicou-se. Olhe complicou-se logo pelos olhos porque eu num posso chorar porque as
496 lágrimas são salgadas e não cicatrizo o olho.

497 **E: Oh.**

498 P: Foi logo a primeira coisa.

499 **E: Não sabia disso.**

- 500 P: Foi logo, e o cirurgião disse logo, e mais é o chefe de equipa do Hospital da Prelada de
501 Cirurgia Plástica, Doutor M. e ele disse-me logo.
- 502 **E: É quase inevitável não é.**
- 503 P: Pronto e foi por isso que não consigo curar o meu olho.
- 504 **E: Pois.**
- 505 P: Agora vamos ver. Agora também só faço a última a ver se consegue ligar até aqui
506 (exemplificou).
- 507 **E: Pois.**
- 508 P: Mas não faço mais. São 5 com esta se fizer são 6 (operações).
- 509 **E: São muitas não é? Muito sofrimento.**
- 510 P: Sofrimento, sim. Sofrimento. Agora tenho, sinto solidão e saudade. Saudade muito grande,
511 saudade sim. Muita saudade.
- 512 **E: Em que fase sente mais essa solidão e essa saudade?**
- 513 P: À noite
- 514 **E: À noite?**
- 515 P: Sim.
- 516 **E: Quando vai para o quarto, quando se deita na cama?**
- 517 P: À noite, sim é. Solidão... porque é assim durante o dia está o F. (neto) vou leva-lo à
518 escolinha, depois vou buscá-lo, vem dou-lhe o almocinho, vou leva-lo. Depois às 4 (horas da
519 tarde) vou buscá-lo, ele está aqui, *reteté*, são crianças, falam muito. Está aqui um cesto de
520 brinquedos e assim eu... Agora, quando o F. (neto) vai (para casa), por exemplo, desde que a
521 Vanessa (entrevistadora) está aqui, já estava sozinha. Aqui... nesta... aqui.
- 522 **E: Aqui neste espaço.**
- 523 P: Estava a lareira a arder pronto e eu estava, agora assim.
- 524 **E: Ah... e na sua situação económica notou alguma mudança?**
- 525 P: Claro que se nota, porque é assim o meu marido trabalhava, *num* [não] é? Economicamente
526 nota-se muito, muito, porque claro fiquei só com meia pensão do meu marido, *num* [não] é?
- 527 **E: Pois, nota-se logo diferença.**
- 528 P: Depois tenho, ah... temos... Tenho a luz, tenho agora a carta do IMI como contei, tenho
529 saneamento (para pagar)...
- 530 **E: Tem tudo sozinha.**
- 531 P: Tudo sozinha.
- 532 **E: Pois é. A L. como é que fez ou faz para superar essa dor? Esse sofrimento que traz.**
- 533 P: Olhe eu às vezes quando estou assim muito mais em baixo o que vou buscar? As... as... um
534 álbum de fotografias, os álbuns de fotografias, tudo.
- 535 **E: É? Gosta de ver.**
- 536 P: Vou buscar. Olhe o do casamento se me lembrar vou buscar, o do casamento. Depois vou
537 buscar os álbuns de fotografias do passeio do meu marido que mais... falou sempre, sempre e

538 mais adorou e partiu sempre a falar nisso, foi à Terra Santa. Eu tenho 3 álbuns pequeninos das
539 fotografias, tudo que ele fotografava, tudo o que visse, ele fotografava tudo, onde houvesse
540 arte, tudo. Vou buscar álbuns de fotografias de passeios que demos. Foi à Republica Checa, a
541 Praga. Atenda Vanessa, pode atender (fala para a entrevistadora).

542 **E: Não deixe estar, não é importante. Obrigada.**

543 P: Fomos a Praga, fui a Itália, uma das coisas que era um sonho meu e ele fez-me com que...
544 uma missa... ir a Itália ao Vaticano e assistir a uma missa pelo Papa João Paulo II. E então eu
545 vou buscar essas coisas, e então ao ver essas boas recordações, é aí quando estou mais
546 ensarilhada, o peito mais apertado, é aí.

547 **E: Que se liberta um bocado.**

548 P: Que se liberta aí nisso.

549 **E: É um bom... um bom refúgio. Que estratégias é que adotou para... ou adota para viver o**
550 **seu dia-a-dia?**

551 P: É assim, eu por acaso tenho o F. (neto), pronto. E ele agora ainda requer muita atenção, e se
552 eu estiver a fazer isso ele... quer mexer. Pronto, é pintar, faço artesanato, gosto muito de
553 artesanato. E fizemos muitos anos eu e as minhas amigas feirinhas de artesanato, aqui na
554 redondeza. Gosto muito, gosto.

555 **E: Ah... gosta muito de artes decorativas, não é?**

556 P: Artes decorativas é.

557 **E: A L. essas artes...**

558 P: Olhe tem ali aquelas Índias, aquele quadro, a natureza morta. Ah... gosto muito, gosto.
559 Tenho muitos quadros pintados.

560 **E: Ah que giro. Estão muito giros, nunca pensei que tinha sido a L.**

561 P: É. Este por acaso já esteve exposto... quase todos (quadros) que estão lá dentro já estiveram
562 expostos no museu em Paços.

563 **E: Ah, aqui.**

564 P: É e agora com o F. (neto) que não posso fazer muito. Mas às vezes ainda faço isto e aquilo
565 ainda vou fazendo uma coisinha.

566 **E: E ainda continua a dar aulas, ou não?**

567 P: Sim, sim, à quarta-feira.

568 **E: À quarta-feira.**

569 P: Sim, sim, pois.

570 **E: Também é uma estratégia.**

571 P: Amanhã lá vou.

572 **E: Lá vai.**

573 P: É. De tarde, de tarde. E depois pronto já estou ali muito inserida e às vezes até digo ao
574 Doutor J. "Oh Doutor J. agora meta alguém nova. Veja se arranja alguém mais novinho já estou
575 a ficar cansada e velha" – "Oh dona L. por amor de Deus, não me deixe. Não nos deixe". E
576 depois elas (alunas) assim: "Ai não, não! Agora não somos ninguém sem a L.", pronto.

577 **E: E tem muita prática.**

578 P: E eu lá vou.

579 **E: E olhe é uma forma de passar o seu tempo, pronto. Fazer o que gosta.**

580 P: E é isso que eu estou a dizer.

581 **E: Que utiliza como estratégia.**

582 P: Como estratégia, é. Por exemplo eu tenho domingos que quando está a chover, vou à missa,
583 venho. Vou almoçar à minha filha e venho para casa, para aqui e estou a pintar, faço isto, faço
584 aquilo, pronto. Se me apetecer, olhe, pego na agulha (de) croché, isto, aquilo (e) faço. E se não,
585 ponho aqui a máquina de costura, aquelas pequeninas, faço... ou coso roupa, ou coso alguma
586 coisa da minha filha, isto e aquilo. E faço outras coisas! Faço saquinhos, faço paninhos. Faço...

587 **E: Tudo o que for preciso.**

588 P: Tudo o que for preciso. E estou aqui (entretida) e a cabeça está (ocupada)... e não vou
589 buscar aquelas coisinhas que não deveria de ir. É.

590 **E: E quando é que se lembra mais dessas coisinhas?**

591 P: De fazer essas coisas...

592 **E: Não. A L. estava a dizer que faz esses trabalhos e assim o seu pensamento não vai para...**

593 P: Para aquilo que não deveria de ir, *num* [não] é? É porque se não, se não estiver a fazer essas
594 coisinhas ou vou *buscar o* [pensar no] meu marido, *num* [não] é? E posso ir buscar num
595 período... na, na... recordá-lo nas coisas boas, mas posso ir 'busca-lo', recordá-lo nas coisas
596 más que eu vi. E então aí eu fico de rastos, e assim então eu não fico.

597 **E: Que lembranças é que tem mais? Das boas ou das más?**

598 P: Ai, das boas! É das boas. Recordo mais as boas. Agora tento... ao principio não, estava
599 sempre a ver, espreita aqui, *acoloutro* [acolá]... [impercetível]. Agora não, vou buscar sempre
600 as boas recordações.

601 **E: A L. teve algum apoio físico ou humano, após a perda do seu marido?**

602 P: Não, e mais tinha logo consulta lá na psicóloga no São João, ficou logo marcada para eu ir,
603 mas eu nunca fui a uma consulta de psicologia ao São João. Não. Eu disse: "Não, eu não vou",
604 para já, é [impercetível] ir para o São João. Ah... a sala era no mesmo piso... a psicóloga é no
605 mesmo piso e eu comecei a pensar: "eu vou-me martirizar mais e assim eu... eu vou tentar. Eu
606 vou conseguir. Eu vou conseguir". E pronto, nunca tive apoio psicológico, não.

607 **E: E ajuda de outras pessoas, vizinhos, família...**

608 P: Sim tinha, boas palavras, sim tinha boas pessoas... vinham (e diziam), "Olhe porque o L. era
609 bom. O L. era como da família. O L. era pessoa da terra, isto e aquilo. Não vê o que ele fazia,
610 olhe...". Depois vinha outra, "Há... quando pessoas mais pobres iam à junta pedir ajuda para
611 isto e para aquilo e lá estava o senhor L. com um sorriso para nos dar, para nos ajudar, para
612 ajudar a pagar os óculos da minha filha. Ele pronto... Agora vamos na assembleia, vamos
613 arranjar isso, venha cá de hoje a oito que já está resolvido o problema". Quer-se dizer, eram
614 essas coisas que me davam algum conforto e as pessoas ao conversar também a dizer isso,
615 também estavam a elogiar o meu marido e estavam a dar conforto e força a mim.

616 **E: Claro e era isso... muita da sua força vem do orgulho que a L. tem por ele.**

617 P: Ai isso tenho. Tenho muito, porque eu tenho ali tudo guardado, tudo, tudo. Ah... porque a
618 festa do corpo de Deus esteve para *ir a baixo* [acabar] e eles com, *prai* [para ai] quê? Três
619 semanas o meu marido, o presidente da junta e mais dois senhores já de idade... porque a
620 festa do corpo de Deus é feita por gente jovem, pegar na festa. Pegaram, andaram e
621 conseguiram fazer a festa. E ainda hoje temos a festa do corpo de Deus. Ainda hoje temos a
622 festa do corpo de Deus, se não ela tinha ido *abaixo* [acabado] naquela altura. Ninguém tomou
623 conta e o padre avisou que não havia, que não ia haver porque ninguém queria tomar conta da
624 festa. Porque era difícil andar de porta em porta a pedir ah... e como o meu marido era uma
625 pessoa muito conhecida e se as pessoas iam dar 10 (euros) e porque era o meu marido davam
626 15 (euros), porque essas coisas assim não é?

627 **E: É, é, ajuda.**

628 P: Ajuda *num* [não] é?

629 **E: Claro. L. o que mais gosta de fazer após a perda do seu marido? O que é que sente que**
630 **mais gosta de fazer?**

631 P: Eu agora é, é... o que mais gosto de estar, é estar junto dos meus filhos e os meus netos. E
632 quando nos juntamos mais é ao domingo, porque pronto estão todos a trabalhar *num* [não] é?

633 **E: Pois.**

634 P: A minha filha vem trazer o menino e vai. Depois vem buscá-lo, foi logo *num* [não] é? Tem de
635 ir para casa fazer o jantar, fazer a vida dela. A minha nora é igual. A minha nora é pelo
636 telefone, é pelo telemóvel e mais mora ali, em frente ao centro escolar que está ali naquele
637 prédio.

638 **E: Ah sei.**

639 P: O meu filho mora ali. A minha filha mora ali mais em São Domingos. Ah... quando chega ao
640 domingo a minha filha faz sempre um bolo, uma sobremesa e então o meu filho e a minha
641 nora vão sempre lá tomar café. Então sentamo-nos na sala da minha filha e estamos ali. Estou
642 com os meus netos, com os meus filhos, com a minha nora, com o meu genro e aquele bocado
643 de domingo para mim é...

644 **E: Muito confortável.**

645 P: É confortável, é.

646 **E: E gosta muito.**

647 P: Gosto muito, é. Às vezes estou um pouco apática que eles dizem: “Oh mãe!”, eu quer dizer
648 o pensamento vai-se... deixo-me ir, às vezes deixo-me um bocado ir. Eles estão a falar e eu
649 deixei-me ir e eu não estou a dar *fé* [conta] que estou a ir de encontro, a pensar... “se ele
650 estivesse aqui”. Eu estou aqui, vejo os avós buscar ali os netinhos *num* [não] é? Mas ainda é
651 cedo para ir buscar o meu, e eles ficam ali a conversar (fala com entusiasmo). Aqueles avós
652 reformados.

653 **E: Sei.**

654 P: E eu daqui estou a vê-los a conversar e tal, e às vezes estou aqui e já estou para ir buscar o
655 F. (neto) *num* [não] é? Já são 11h45 e eu só vou por ali a pé e estou ali logo, (e penso): “Se
656 estivesse aqui o L. também ia buscar o F.” Às vezes deixo-me ir nessa conversa, nesses
657 pensamentos...

658 **E: Vem esses pensamentos.**

659 P: Bem, bem. E quando às vezes estou, estamos todos assim lá (em casa da filha) às vezes
660 também me deixo levar um pouco. Mas já foi pior. Já foi pior.

661 **E: Já, nos primeiros meses...**

662 P: É.

663 **E: E o que é que a L. menos gosta de fazer? O que é que sente que menos gosta?**

664 P: Eu, eu... eu gosto de fazer tudo. Olhe gosto muito de cozinhar, gosto muito de fazer bolos,
665 gosto muito de... o trabalho a mim nada me mete medo *num* [não]... mangueiras, galochas,
666 lavar, esfregar. Num [Não]... *num* [não] tenho de dizer assim: "Olhe, eu... num...". Só acho... só
667 acho não, é verdade que o meu marido partiu mas levou parte da minha vida com ele e
668 metade das minhas forças com ele. Isso é, que não sou a mesma pessoa, não! Eu... ele também
669 dizia, no São João dizia para as enfermeiras "Ah... ela é pequenita mas olhem que ela tem
670 muita força. Ela tem mais força do que eu". Eu era... eu sou esta...

671 **E: Quando tem de ficar com forças...**

672 P: Com forças, eu fico. E mesmo pessoas amigas às vezes com problemas e tudo... eu dou
673 muita força, eu consigo. Eu consigo. Embora depois até choro porque ouvi aquela pessoa a
674 lamentar-se e sei que aquela pessoa está com dificuldades e está... Mas eu na hora ajudo e
675 faço tudo. Seja o que for, pode ser uma coisa muito grave, mas eu consigo.

676 **E: E a L. depois de... a L. costuma regularmente ao cemitério?**

677 P: Sempre. Aí vou, vou. É assim eu vou todos os sábados lavar e pôr flores, isso... Agora se for
678 oh... oh [ao] Pingo Doce vou ao cemitério, vou ao L. (marido). Vou levar a M. (neta) à sala de
679 estudo, o carro fica para baixo, eu só desço a rotunda, (e pensa): "Oh vou deitar água".

680 **E: Pois.**

681 P: Vou ao L. (marido). Vou lá (cemitério), dou um beijinho na lápide (na fotografia do marido),
682 vou ao L. pronto. Componho uma florzita, uma coisinha e tal e pronto, lá venho. Porque depois
683 nós ah... fizemos um jazigo e as minhas irmãs queriam que eu tira-se o meu marido para o pôr
684 no jazigo à beira do meu pai e da minha mãe, que é de família. Mas eu não quis.

685 **E: Não quis...**

686 P: Não, não lhe mexo, não, está. Agora já disse aos meus filhos: "Olha filhos se me quiseres
687 fazer a vontade ides para o jazigo um dia" que Meu Deus que deixe partir mas que não veja
688 mais. "E se quiserem ser meus amigos deixai-me ficar a mim e o pai ali", eu vou *para o pé* [para
689 junto] do meu marido *num* [não] vou para mais lado nenhum.

690 **E: Claro.**

691 P: É, eu quero ir para a beira do meu marido e eles já sabem que eu quero ir para a beira do
692 meu marido.

693 **E: Pronto. Muito obrigada L. por ter partilhado estes assuntos delicados comigo.**

694 P: Olhe Vanessa (entrevistadora) tudo o que quiserem... eu já disse... Já tinha dito à D. (pessoa
695 que deu o contacto da participante). Às vezes eu... a gente, eu quero dizer as coisas de uma
696 maneira mas o cérebro às vezes...

697 **E: Ai, respondeu muito bem.**

698 P: Eu sei que podia explicar melhor e ir mais longe um pouco.

699 **E: Não, não. Este inventário também não é muito fácil de se entender, às vezes até eu tenho**
700 **dificuldade para me expressar e explicar às pessoas.**

ID11

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: Senhor M. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Ah?

3 **E: Senhor M. neste momento sente-se em luto?**

4 P: Nunca aceitei o luto nem aceito. Por que motivo? Porque o luto é uma escuridão como a
5 noite.

6 **E: Eu quando falo em luto não é o vestir em preto, é o seu sentimento.**

7 P: Praticamente eu uma pessoa... sou viúvo.

8 **E: Sentimento da falta, se tem esse sentimento...**

9 P: Sou viúvo não tenho atração ainda por ninguém, automaticamente sou uma pessoa que
10 ainda guardo o luto à minha mulher. Sou do luto não é? Agora, se fosse a olhar pela cor do luto
11 que é o preto, sou contra, porque nem ela foi vestida de preto. Isso, nós conversamos muito
12 em antes um dia que morrêssemos. Não, ela gostava de ir de branco como foi vestidinha de
13 branco e (dizia) aos filhos: "Vós... Não quero que vós *pegais* [pegues] ... pegues numa gravata
14 preta nem nado de preto" (tinha referido a mulher antes da sua morte). A minha mulher é
15 [era] contra o luto.

16 **E: Sim.**

17 P: O luto é conhecido por isso.

18 **E: Pois muita gente associa o luto à cor.**

19 P: À roupa. Mas não, o luto é...

20 **E: É o nosso sentimento.**

21 P: Pronto já sabes enquanto sou viúvo, tenho luto pela minha mulher, sou enlutado, não tenho
22 mulher, sou viúvo. Por isso há a palavra viúvo. E mesmo que venha a arranjar uma
23 companheira passo na mesma a ser viúvo, não intenciono ir à igreja nem ir ao registo fazer
24 mais nada. Não, não, não. Casamento não... compromissos reais sim, amar uma mulher e ser
25 amigo dela se poder sim, assumir compromisso com uma mulher como assumi com a primeira
26 a mãe dos meus filhos, não! Quero que fique aquele amor para toda a vida. Isso é muito bom e
27 ajudo muito, e é muito bom até para a família, porque uma coisa que eu não queria chegasse
28 os meus filhos chegasse a casa e eu tivesse outra mulher (e dizerem): "Oh madrinha isto oh
29 madrinha aquilo", não.

30 **E: Senhor M. gostaria que falasse um pouco acerca de si, da sua vida, da sua infância.**

31 P: Olhe tive uma infância, olhe eu vou-lhe dizer, eu comecei de... com 4 anos de idade...

32 **E: Isto tudo antes da perda da sua mulher.**

33 P: Sim, da minha vida. Até aos 4 anos de idade lembra-me de ter o meu irmão mais velho que
34 tem 82 anos foi para a Índia, não me lembra de ele for [ir]. Foi para lá em 1956, foi para lá
35 1954, eu tinha 2 anos e ele veio em 1956, eu tinha 4 anos. Eu lembrava-me perfeitamente de
36 ele chegar, da namorada dele pegar em mim ao colo, ele (estava) vestido com aquela farda
37 acinzentada de antigamente, e lembra-me bem. E então os (meus) pais *fazer* [fizeram] uma
38 festa grande, o meu pai, o meu falecido pai e a minha mãe, o primeiro irmão de casamento, o

mais velho e eu fui para casa dos vizinhos fizeram um jantar muito grande. Estava um dia de chuva, lembro-me muito bem. Depois aparece-me [impercetível], 5 aninhos, 6 anos a minha mãe andar pelas portas a vender fruta a vender isto, a vender aquilo louça e tal. E eu aos 6 anos andar pelas portas a vender louça. Depois fiz anos, entrei em outubro com 7 anos, já *fiz* [tinha feito] em junho. Fui para a escola nunca soube o que eram uns sapatos ou umas botas. Os primeiros sapatos... tinha 11 anos quando tive os primeiros sapatos. Quando fui trabalhar, sai da escola, fui trabalhar e depois lembra-me de estar a trabalhar aqui em cima, o meu patrão, falecido M. pai do Doutor que está na América, disse-me assim: “Oh M. vais ajudar o senhor M. a regar o campo do milho”, isto em julho. Eu fiz exame em junho, fins de junho e fui trabalhar em julho. Fui trabalhar de julho até setembro e vim para o meu irmão, para o tasco e para a mercearia e tomar conta dela. E então nessa altura o patrão mandou-me e eu *foi* [fui] não tinha botas *foi* [fui] com a roupa que estava, molhei-me todo, sujei-me todo. Cheguei à mercearia diz ele (irmão) assim: “Tu tens de ir mudar de roupa, que não podes estar assim”, digo eu assim: “A D^a. R. é que me arranjou. Quer dizer mandou-me para o campo e agora...”. Não tinha, só tinha aquelas calças. Cheguei a casa, nós ainda morávamos aqui, aqui perto e disse: “Oh mãe olhe, mandaram-me para o campo, estou todo sujo e agora não querem que eu esteja no... na mercearia assim” – “Deixa estar que eu lavo-te as calças”. Estive 2 horas à espera que as calças secassem para eu ir para o trabalho.

E: Pois.

P: Uma pobreza extrema (Fala com entoação)! Nisto o meu irmão que até ainda tem essa mercearia e um *tasquito* [café] aqui em cima, o mais velho, que é (o café) das filhas. E... precisava e então arranjou aqui... aqui na eira, que era aqui no parque da cidade. Ele era fiscal de lei, que é da reforma dela, e eu estive ali um ano, 14 meses a trabalhar de graça. Trabalhava naquela altura com 12 anos, trabalhava à *volta* [cerca] de 18 horas por dia. Punha-me a pé às 6 da manhã, estava ali até às 4 (da tarde). Servia os almoços ao meio dia depois servíamos lanches, depois à noite comia, preparava tudo. À noite eles vinham de regar e ajudavam ali um bocadinho e depois estávamos ali até às 10h da noite, quando já estivesse tudo é que ia comer. E depois ele (irmão) pedia-me... que ele ia para Vila de Conde levar o leite. Buscar o leite para Vila de Conde e saíamos daqui à 1hora e chegávamos perto 2 ou 3 da manhã, para me pôr a pé às 6 (horas), outra vez. Quer-se dizer, por isso é que eu deixei porque *num* [não] aguentava, *num* [não] é? Um sono... muito jovem, nem crescia *num* [não] é? Então a partir daí sai, tive um bocado de uma desconfiança de uma sobrinha minha que tem (hoje) 56 anos é pouco mais nova que eu. (Tinha) 6 anos, (e ela estava) atrás dos sacos. Antigamente o açúcar vinha em sacos grandes de 70/80 quilos, o arroz igual, era tudo pesado a manual. E um dia encontrei-a atrás de um saco a espreitar-me com medo que eu meche-se na gaveta. E aí eu chamei a mãe da minha cunhada, falecida já, “Vá-me ali ao tanque diga à minha cunhada M. que venha, mas que venha rápido se não abandono a mercearia e deixo aqui à sorte”. E ela não *veio* [veio] e eu disse: “Vá lá outra vez”, e eu fui lá dei dois berros e disse: “A partir de hoje vou embora”, uma sexta-feira à tarde. Ao outro dia arranjei logo emprego [impercetível], é a diferença que há naquele tempo arranjava-se trabalho...

E: Facilmente.

P: Vieram-me buscar e fui trabalhar para uma marcenaria trabalhar à mão, não havia máquinas. Tudo manual, serrar a madeira à mão, forrar à mão, raspar à mão. Tudo, tudo. Tudo manual. E foi daí... mas eu passado 3 meses já sabia fazer cadeiras, eu. Depois veio o futebol aqui no Paços, joguei em Felgueiras no campo de Felgueiras, eu. Na Lixa, em Felgueiras, joguei, joguei futebol e então *veio* [joguei] o futebol. (Fala dos jogos de futebol 07:51- 08:10, 1^a gravação). Quando foi para assinar para ficar no Freamunde os meus pais não *assinam* [assinaram]. Os meus pais não *assinam* [assinaram], ele (patrão do futebol) levou a mal,

87 porque já andava lá a treinar há mais de 3 meses. Levou a mal e nunca mais se entendeu o
88 padrão comigo. Não se entendeu porque eles queriam que eu fosse para o Freamunde. Então
89 fui matriculado aqui no Paços já quando os campeonatos já tinham começado. Comecei a jogar
90 nos juniores tinha 16 anos, depois joguei 16. (Aos) 17, nisso depois passei a sénior em
91 1969/70. Foi quando depois falava com a minha querida e fugi à tropa, levei os meus filhos
92 todos. Os meus pais (disseram) “tens agora que tomar uma decisão, vem a tropa, vais para a
93 guerra colonial, mais isto mais aquilo e tal”. Eu então fugi, andei a *bagundar* [passar tempo] 3
94 meses em França sem arranjar emprego. Fui para lá no dia 2 de agosto e vim no dia de São
95 Martinho, a 21 de novembro. Os meus pais revoltaram-se por eu ter vindo porque não
96 queriam que eu viesse. Então a minha mãe era feirante, estávamos na feira aqui em cima e eu
97 chego à feira escoltado pela GNR porque *foi* [fui] posto cá, foi... o consulado Português é que
98 me pôs cá. E eu era obrigado de 8 em 8 dias apresentar-me na GNR, até ir para a tropa, para
99 não fugir mais. Nisso passa um amigo meu que me vê na feira e diz ele assim: “Olha que eu já
100 disse à H. (mulher, que na altura era namorada) que estás na catequese, que tu já estás cá. Ela
101 até ficou assim: “ ‘O que?’ Olha que o M. já está aí”. Ela não se acreditava (que tinha chegado
102 de França), que era minha namorada. E eu estava aqui, então estivemos... e ela não acreditava
103 e então até naquele domingo... chego cá no sábado e nesse domingo a H. (mulher, que na
104 altura era namorada) não me aparece. Ou com medo, ou coisa. E então aí começamos a
105 conversar outra vez e então foi ela que me pediu em casamento. Fomos à festa do menino que
106 é no dia 1 de janeiro, que acabou, que era aqui no Mosteiro de Ferreira, na freguesia de
107 Ferreira. Começamos e tal e ela: “Isto ou vai levar um caminho muito serio ou vai acabar,
108 porque tu vais para a guerra e eu não vou estar 4 anos ou 5 anos à espera. Quer-se dizer 6 com
109 5 são 11 anos à espera para nos casarmos”. E então o que é que *eu vou fazer* [o que eu dia
110 fazer]. Então ela chegou a casa, isso durante o mês de janeiro e disse aos pais “Oh pai, olhe eu
111 quero-me casar”, o pai (disse): “Oh tu és tola e tal, desta maneira, daquela. Isto e aquilo. Não,
112 tu estás tola, vais casar porquê?”. (Ela disse): “Quero-me casar porque se não acaba o nosso
113 namoro” e o pai então disse: “Pronto minha filha, queres casa. Nós damos-te consentimento”
114 porque a maioridade era aos 21 nesse tempo. “E damos consentimento e tu casas, pronto”
115 (disse o pai à filha). Eu uma vez que ela falou ao pai, eu... para dar uma segurança aos pais,
116 porque era muito novo arranjei uma testemunha para pedir em casamento. Foi um padrão
117 meu, ele pediu em casamento e aquilo foi engraçado, eu cheguei lá, ele estava numa casita. A
118 casita do meu falecido sogro, era feitor, uma casa muito nova aqui, que era a casa da torre e...
119 e eles coisa e tal, e disse: “Eu já sei, já está tudo combinado”, embora a H. (namorada naquela
120 altura) não a vi estava na cozinha ou na *casica* [casa] de banho a ouvir a conversa *num* [não] é?
121 *Num* [não], *Num* [não] vinha à presença do peditório em casamento e eu achei muito graça,
122 então o meu sogro pôs [disse] coisas de começarmos e quê “Pronto, vocês marquem... querem
123 que marque o casamento, para que altura você pensa em casar?” (perguntou o pai da
124 namorada). Eu disse: “Isso é ela que pode decidir porque a mulher sabe bem na altura que
125 anda com o *período* [menstruação] ou não”, eu era novo mas muito conhecedor da vida de
126 uma mulher. “E eu não quero que na noite de casamento eu conheça... aconteça esse
127 problema não é?” (disse o Senhor M. ao pai da namorada). Não é [era] problema nenhum,
128 podia acontecer muito fácil. E então a H. (namorada)... diz ele (pai da namorada) assim: “Se
129 vocês não se importar-se... como nós casamos no dia 25 de novembro vocês casavam no dia 25
130 de setembro” – “ Se a H. vir que está preparada para esse dia, não (há) problema nenhum”
131 (disse o senhor M.). Então foi o meu sogro que marcou o casamento para dia 25 de setembro.
132 Quer-se dizer eu passado 1 ano ou 10 meses de vir de França *tessinho* [sem dinheiro] sem
133 testão, há que arranjar dinheirito para fazer a mobília e para me casar e vim viver para esta
134 casa. (Fala dos jovens de agora 13:28-15:00, 1ª gravação). Olhe eu vou-lhe dizer eu passei
135 muito, eu chorei muito por aquelas matas de Moçambique, o meu filho era muito lindo, lindo,

lindo como é este meu netinho que está aqui em cima (assinalou para uma fotografia). Eram lindos, lindos, eu passei muito. Saudades da mulher, saudades dos meus filhos.

E: Quanto tempo lá esteve?

P: Eu *esteve* [estive] em Moçambique 16 meses. Andei quase 2 anos de tropa, mas como se deu o 25 de abril eu arranjei... porque eu trabalhava no quartel-general depois da Guerra Civil [impercetível]. Com o acordo do Mário Soares que fez em [impercetível] na Zambia para entregar as colónias, a colónia de Moçambique. Os brancos *num* [não] aceitaram bem viraram-se contra os pretos, foram derrotados se não fosse derrotados não havia nenhum branco que se safa-se. Ainda morreram à volta de 17 mil pessoas. No dia 20... começou a 7... no dia 8 de setembro até ao dia 27 de setembro. E então mataram um... entraram na zona militar, mataram uma rapariga com 15 aninhos no liceu Lourenço Marques. [Impercetível] ... e depois mataram a mulher do Coronel, então eu fiquei a ser segurança desse... assisti a tudo e disse: “Quem vai ser o seu segurança sou eu”. E então a filha do Coronel mais o filho e o Coronel... Hê pá estive quase 3 semanas numa tenda em frente à vivenda dele. Ele à noite vinha-me trazer café ou whisky e tal, porque eu nunca tinha bebido whisky, estavam-me ali como um rei. *Diz* [Dizia] ele (coronel): “Oh nosso soldado você não nos deixe matar” – “Isso, para eles matar a vocês tem de matar a mim”. E foi esse coronel, tão meu amigo, (e eu) tão amigo deles, que arranjou maneira de eu ir trabalhar para o general e me pôr aqui (em Portugal) que fez no dia 19 de março, no dia do pai, o dia em que cheguei aqui a esta casa. Arranjou maneira de eu chegar aqui no dia do pai, só depois de estar aqui é que a minha mulher, na cozinha que é daquele lado, é que disse assim: “Ah São José esposo, querido que me trouxeste o meu marido de volta”, é *que* [foi aí que] soube que era dia do pai (risos).

E: (Risos) Se não, não sabia.

P: Coisas boas, boas, boas. Pronto depois daí, saímos daqui, o meu sogro já vivia aqui. Fomos para uma casinha modesta para a quinta lá para baixo. Eu vinha de uma guerra eu era uma pessoa nova, uma pessoa com uma estrutura muito boa. Uma mulher nova, mas uma mulher... com o sentimento de mulher e de mãe com muita categoria, sabes que... a gente... a maior parte dos militares quando novos vinham... por causa das mulheres, das prostitutas, das pretas vinham todos podres da vida sexual, (de) lá. E então a mim não aconteceu porque era casado e tive de controlar muita coisa para não vir estragado, e então a minha mulher querida, naquela altura não havia casas de banho. Não havia nada era numa gamela de madeira que a gente *tomávamos* [tomava] banho, (e) ela disse: “Aha eu quero-te experimentar primeiro, em antes de ter uma relação a ver se estás limpinho em folha”, e experimentou. Depois nessa noite, foi feita a minha filha, que nasceu passado 9 meses certinhos. Tinha a segunda filha que tem agora 39 anos, tem 43 o H. que ele tem o curso de engenheiro mas não acabou, é professor de química e física. E nessa noite que foi... foi... olhe foi praticamente o outro dia de casamento, dia lindo, lindo. Isso... é isso que a gente deve dar um valor a uma mulher, sabendo ser mulher, sabendo ser amante por uma mulher, desculpa lá o termo, se a mulher souber ser mulher é uma [palavrão] na cama. A minha mulher era a coisa mais maravilhosa, num dava apetite... a gente saía para as praias, íamos para os hotéis, a gente... uma vida, uma vida louca de amor. Por isso é que é o amor da minha vida., a mãe dos meus filhos, a avó dos meus netos. Porque se não fosse ela e eu não tínhamos aquela cara linda que está ali (assina para a fotografia do neto). *Num* [Não] é? É o (neto) mais novo, ela (mulher) não teve tempo de ver aquele amor porque ele nasceu um ano depois de ela morrer. E é pena... a minha... a mãe da D. (sobrinha) disse: “Ai agora vem um netinho”, e eu disse: “Tomara eu que não viesse, gostava que ele viesse se ela (mulher) estivesse cá”. Mas pronto, mas eu... é um consolo (ter o neto), é o netinho mais novo que eu tenho. Depois a partir daí, então vou para a guerra, da guerra venho, vou trabalhar, sou incorporado no... na cadeia para guarda prisional. Depois por

motivos... era muita gente não saí no sorteio, depois fui para a GNR no Porto, tirar *o coisa* [curso]. Mas a GNR era pior que a tropa, as operações especiais iam andar a cavalo [impercetível] era outra tropa, *num* [não] gostei renunciei. Fui ao meu patrão, e ele disse: “Tu vais para a tropa outra vez”, eu disse: “Não! Não vou para a tropa outra vez, que não quero ir para a tropa. Agora que não vou trabalhar é por muito tempo”. Então (foi) quando eu resolvi fazer um barranquito em casa para trabalhar.

E: De quê? De madeira?

P: Sim, de madeira *num* [não] é? Vim para casa trabalhar, a vidinha ali começou a crescer, a gente começou... comprei isto aqui... Comprei a minha casinha no bairro, formei os meus filhos, comecei a ter carro, começamos esta vida. Quer-se dizer dois a trabalhar... um só e então comecei... dei aos meus filhos o que poucos pais ricos dão aos deles, os meus filhos todos os anos gozaram férias comigo. Se não era longe, era em Matosinhos, se não era em Matosinhos era na Foz, se não era na Foz era em Esposende, se não era Esposende era em Ofir, todos os aninhos. Quando não dava... não havia dinheiro para irmos para um hotel fazíamos campismo, ficava mais barato, estás a ver, mas sempre... com a vida. Quer-se dizer os meus filhos sempre a crescer dentro de ... de adolescentes, jovens e o pai acompanhou-os sempre na vida deles. Vou dizer uma coisa que é importante, minha filha a S. tomava banho com a minha mulher, com a mãe. Os meus filhos até homenzinhos também tomavam banho comigo. Nunca havia aquela separação, são homens como eu, são pessoas que estão a crescer, vão tomar banho que é para a educação sexual deles ir evoluindo. *Num* [não] é, a gente... aquela mulher ou aquela jovem viu aquilo e ficou logo ali encantada. Não senhor, as pessoas quando vão para um caminho, para uma vida de casado. É um passado (o casamento) muito importante que muita gente pensa que é brincadeira. Tem que saber se está preparada para aquilo que *vão* [vai] ser a sua vida, porque o casal, o casamento tem coisas muito boas, mas tem coisas muito más. Porque aparece uma doença, aparece um problema de financiamento, hoje ganha-se muito amanhã dá-se como se deu agora que ninguém ganha para nada. Eu só lhe quero dizer jovem, será que os meus filhos bem formados, vão formar os filhos deles como eu formei a eles? Eu tenho a certeza se fosse hoje, com a falta de emprego com os... os ordenados mínimos os... [impercetível] sociais, isto e aquilo. O pessoal mal ganha para pagar a luz e a água como vai dar para formar os filhos como eu formei? É só isso que eu quero dizer, mais uma prova que nós... quando eu casei, nós eramos humildes, pobres, miseráveis, nós hoje somos quase 4 milhões de pobres, miseráveis. Andam ai alguns com carro, era melhor não ter nada, têm as coisas (e) não é deles, têm as casas não é deles, são pobres. Antigamente os meus pais tinham uma pequenina *coisa* [valores], não havia bancos, não havia cheques, não havia empréstimo, não havia nada. Faziam conforme ganhavam. Hoje não, hoje um pai, faz uma partilha vende uma casa... eles vão pedir um empréstimo *cinco tal* [rapidamente] vai o terreno do pai, depois não consegue pagar o empréstimo, vai o empréstimo, vai a casa, vai tudo. Os bancos ...

E: Senhor M. como é que conheceu a sua esposa na altura. Como é que foi o vosso namoro?

P: Olhe o nosso namoro foi muito, muito bonito. Eu saio, vou trabalhar para as quintãs, para o primeiro patrão mas conhecia a H. (mulher) de ir à mercearia, quando eu estava no meu irmão. Ela conhecia-me da escola, embora a nossa escola da minha idade, ela havia era uma *apartaide* [separação], não havia miúdos com miúdas. Havia a escola dos homens e a escola das mulheres. Elas estavam aqui em cima, ao pé da nossa [impercetível] da escola e eu estava onde é a Câmara, a minha escola. Aqui à beira *num* [não] é? E a gente conhecia-se brincávamos, saíamos da escola íamos pelas quintãs de baixo com a *saquita* [saco] de pano às costas, era só codessos, não havia nada de prédios, era só casas de lavradores. Isto aqui era uma quinta, havia esta fábrica que foi feita... E então, e então no dia dos meus anos, eu nunca

trabalhei no dia dos meus anos, como eu estava a trabalhar no dia dos meus anos... na parte de tarde depois acabei... mas na parte de tarde ia para o São João, ou para Cevado, ou para Braga ou para o Porto. Era o São João, era os meus anos, eu era um bocadito vivido ia para a festa e então a minha falecida mãe, tinha-me pedido dois contos para o negócio. O meu pai esteve muito mal, eu tinha um bocadinho de dinheiro e a minha mãe *pede-me* [pediu-me] dois contos para pagar a um fornecedor das Aves ou da Vila das Aves, que era onde ela comprava a roupa, isto e aquilo, e não tinha dinheiro e pedi-me. Não tinha dinheiro mas teve um ano sem me dar, o que é que ela *faz* [fez]? Para me dar o dinheiro, foi ao Sousa Ourives que é uma ourivesaria que temos aqui em Paços e com o valor e mais algum comprou-me uma volta em ouro, um anel e uma pulseira muito grossa em ouro, e eu nunca tinha visto aquilo. Eu até pensava que ela me ia dar, e então o que ela fez? Ela fez uns sorteios a pagar aos bocadinhos na ourivesaria, todos os meses pagava um x com aquele valor do dinheiro que lhe emprestei e algum dinheiro que ela me queria dar a mais e comprou-me essas coisas. E eu com aquele gosto “Oh vou para as quintãs antes de ir ao São João” e a minha mulher nadava a schar umas *trinchudas* [trinchudas] no campo da quinta e eu chego à beira dela “Oh H.”. Não me queira meter pelos campos e pelos montes *num* [não] é? E disse: “Oh H. oh H.” e ela disse: “Eu! Oh N. por amor de Deus não venhas para aqui, para a minha beira, que o meu pai vem dá-me já porrada”. Nós eramos crianças, tinha 13 anos feitos nesse dia.

E: Você tinha 13 e ela também?

P: E ela ainda não tinha 13, só fazia 13 para outubro, 16 de outubro.

E: Ah.

P: E começamos então... ela como deu, dava catequese... E eu um bocadinho que eu podia estar com ela, era nas horas do meio dia se ela passa-se ou à noite quando vinha trazer o leite para o posto ou... Mas sem os pais ver, ou então quando ela ia ao sábado dar catequese e eu esperava e levava-a até aqui à extrema, onde vive a minha filha agora. Quer-se dizer *começamos* [começamos] a namorar com consentimento dos pais, quando fizemos 15 anos. É que os pais já topavam e então (eles disseram): “Nah, nah, antes quero vos ver aqui a namorar, aqui no palheiro, na eira, isto aquilo do que vós andares às escondidas, isto e aquilo”. Era... pronto era... mas eu tive sempre respeito, que o meu sogro passava e eu salvava. Salva sempre, era amigo dele em antes de falar para a H. comecei a ser amigo dele na mesma, mas depois, já houve mais responsabilidade porque já era o pai da minha namorada. A partir daí é engraçado, aqui a G. (irmã) a mãe da D. (sobrinha) um dia estava *no coisa* [eira], virei-me para ela, já com uns tempitos já de namoro e eu estava-lhe a dar um beijo (na mulher). E a minha cunhada veio, *prai* [para aí] com 10 *anicos* [anos] aqui a mãe da D. (sobrinha) e ela (disse): “Anda lá menino” e começamo-nos a rir (risos) e foi dizer à mãe que nos estávamos a beijar. A partir daquele dia havia assim umas gracinhas assim da janela, dava para a gente namorar assim *assentadico* [assentado] e depois aquilo estava a minha sogra (a espreitar) com a cortininha ah (risos). Era namoro, depois fumava muito eu. Fumava muito, então antigamente fumava dois maços de tabaco por dia e chegou a um ponto, vem o futebol (fala das suas equipas ao minuto 29:15-29:21, 1ª gravação). Era uma *tuleria* [um gosto] a minha mulher pelo Porto, então ela vinha da missa de manhã já nem a casa ia, passava aqui pelo campo, o campo era aqui. Agora está na mata real, passava aqui à beira, passava ali, parava ali e via-me. Quer-se dizer era um consolo, aquilo atraiu, atraiu pá, foi um amor, foi um amor, começou... às vezes a gente zangava-se, havia um domingo (dizia-lhe): “Olha não quero namorar e tal” mas ao outro dia ela lá estava. Eu ia para o trabalho e ela estava à *janelica* [janela] e tudo. Quer-se dizer era uma loucura, um amor perfeito. (Paragem de gravação). contei a história da *coisa* [do namoro]. A guerra lá fora foi muito difícil, eu estive muito mal. Eu quando vim para Lourenço Marques estava com uma fraqueza crónica, ainda bem que esse Coronel me ajudou muito. Eu

estive 2 meses no hospital civil de Miguel Bombarda em Lourenço Marques. (Explica se não fosse para aquele hospital para qual iria 00:28 – 00:44, 2ª gravação). Quer-se dizer, foi sempre... fui drogado 2 vezes no mato, à terceira disse ao meu alferes e ao meu capitão que os matava se me torna-se a drogar. Eu disse: “Eu quero ir para a guerra, eu vou... eu quero estar na frente da batalha mas eu quero estar no meu juízo. Não torne a fazer aquilo”. Uma vez foi com café, uma sandes meia sêmea e com café e com pouzinhos de droga dentro.

E: Mas porque é que eles faziam isso?

P: *Diz* [Diziam] que *é* [era] para a gente não ter medo de ir para o mato. Ia para as batalhas mesmo, para fazer assalto às bases do inimigo, que é da Frelimo. A gente ia com um à-vontade a cantar pelo caminho, com a mochila às costas e tal... aquilo era uma festa, e eu sentir isso não! Eu virei-me para o meu capitão, o meu capitão era aqui do Porto (e disse): “Eu sou muito seu amigo e eu obedeço às monarquias militares, por amor de Deus, sou um pai de filhos, estou no meu *coiso* [consciente]. Eu quero andar consciente de tudo o que eu fizer”. A partir daí era a coisa mais meu amigo que podia ser. *Foi* [fui] sempre tolerante com os meus amigos, *foi* [fui] sempre tolerante com os meus colegas de escola, com colegas de desporto, na sociedade igual.

E: Depois quando voltou e já era casado com a sua esposa, como é que... descreva-me como é que era a vossa relação. De casado, de vida conjugal.

P: Ai, a nossa, nossa relação era, era, era, era o que era maravilhoso *num* [não] é? Era uma relação que Deus vendi-to prometeis que todas as mães ou que todas as jovens com muito tempo, porque a gente quando casa não sabemos como vamos morrer, ou morremos os dois ou um fica viúvo *num* [não] é? E que 99% tem o dão do prazer, o dão da vida familiar e o dão de amor como eu tive com o amor da minha vida. A mãe dos meus filhos. Eu não sei o que é estar zangado 5 minutos com a minha mulher. Suponha que em todas as famílias nós não somos todos iguais, há os pais dela que não são meus pais, que às vezes não enquadravam bem, ou os meus com a minha mulher. Os meus pais nunca gostaram do casamento que eu fiz com a H. Agora uma coisa é certa eu comecei a falar com a minha mulher... aos 13 anos fui buscá-la no ‘meio de uma tronchuda’. Ela com 13 anos era uma criança, como a minha neta. Andava *menstruadinha* [menstruada] há pouco tempo, um homem viver uma vida de 5 anos de namoro, quase 6 anos com o respeito ao ser humano de carne e osso como eu estive de frente. Que ela era uma mulher, era uma fêmea e eu era um macho. E haver aquela vontade de um homem *a comer* [desejar ter relações sexuais] e saber que tínhamos um compromisso de casamento, uma coisa de amor. Porque vou-lhe dizer jovem seja a quem for, seja à mulher, seja à jovem, toda a mulher que tiver um relacionamento, um ou dois depois eles habituam-se. A mulher dá hoje tudo, amanhã, ao outro dia já quer outra vez. E depois para futuro da vida, que a vida pode ser muito curta, mas também ser muito longa. Pessoas que já têm tudo aborrece e é tão bonito, tão lindo nós prepararmos o terreno para depois na noite de núpcias, a mulher sem medo do marido, que Deus o abençoou, se entregar de coração e corpo e alma toda ‘abertinha’ e recebê-lo como marido e esposo. Para o bem e os filhos que eles quiserem ter. Isso é a parte essencial da vida de um casal. Um casal sem amor não vive. Uma boa semente dá bom fruto, e nós, eu mais aquela querida eramos uma boa semente e demos bons frutos. Peço só que onde ela está, que está no reino dos céus foi uma pessoa amada, estimada na terra e também era muito, muito responsável daquilo que fazia. No reino do senhor, que ela foi catequista durante 40 anos, acho que está em bom lugar, acho que é possível. E eu hoje falo dela com alegria. Porque? Ela não está à minha beira mas está-me a ouvir, está no meu pensamento *num* [não] é?

E: Sim.

P: E falo dela com alegria porque foi uma mulher que foi sempre estimada como uma mulher, como uma mãe. Embora às vezes aquela coisa (dizia): “Ai, mulher às vezes apetecia... tu às vezes tu falas dessa maneira, apetecia-me dar-te um safanão”. Chegávamos a casa ela fazia o comer, ela ficava assim olhar, só os olhos... assim mesmo tristes. Quando a gente resmungava, (ficava com os) olhos tristes. Comíamos, íamos para a caminha, fazíamos amor, acabava tudo. Era a vida de duas pessoas, numa só. É isso que eu transmito. Não é a primeira entrevista deste género, já fiz muitas *num* [não] é? Eu já falei na catequese para os adultos, para os jovens, isto e aquilo que ela era catequista, o meu filho H. também era. (Fala do filho ter estudado para padre 06:43-06:54, 2ª gravação). Cheguei a fazer, como é que nós chamamos, fazermos aquelas reuniões de casamentos, cheguei a fazer algumas vezes e tal. E é isso que eu desejo, eu acho que deve haver poucos.

E: Senhor M. pode-me falar agora um bocadinho como é que... o que é que tudo envolveu a perda da sua esposa? Como é que sucedeu.

P: O meu como?

E: Como é que foi o aparecimento da doença até à perda?

P: Minha filha a doença daquela querida foi assim, ela... às vezes novos, isso não tem nada haver porque era hereditária, ela sofria um bocadinho dos ossos. Era o reumatismo, isto em nova (dizia): “Oh, oh, oh” (não se preocupava). Depois tinha uns problemas, a minha mulher gostava... pronto. Eu... nós gostávamos (quando estávamos) a comer saborear uma garrafinha, (nos dias) de férias e tudo. Ela gostava muito bem de uma pinguinha de vinho verde, bom. Casal Garcia ou um Gatão, ela gostava de Aveleda, ao comer beber (gostava de) uma boa *pinguinha* [copo] de vinho. Chegou-se a um ponto... o vinho verde tem muito ácido e faz muito mal, ela começou-se a sentir mal e tal. Então começou-lhe aparecer aquele problema na vesícula que teve de a tirar. Tirou a vesícula e eu fiquei assim um bocadinho perturbado com isso. Era uma pessoa nova, tirar a vesícula isto, aquilo e tal e eu disse: “Oh que carago, isso vai ser um poço, um valente poço de doença” mas aceitei, não ia abandona-la por ser doente, compreende-se. Eu também estive um ano agarradinho à cama e ela fez-me mais que um médico, era quem me lavava, era que me fazia os curativos, isto e aquilo. Fui operado no rabo, a uma ferida contagiosa que trouxe de lá de fora (da tropa), chamavam-lhe a Matacanha e teve de ser queimada. Estive um ano sem poder andar, estava a ver que ia passar ali... E ela então, aquela coisinha “Oh *home* [homem]”... ela vinha lava-me, curava-me, sempre fresquinho e tal e coisa, praticamente ela é que me defendeu também não ter passado... Ela era uma mulher muito responsável no que fazia e a partir da Páscoa começou (a dizer): “Ai dói-me o meu pé, aí dói-me o meu pé, dói-me o meu pé, eu não sei... os meus ossos, ando mal e tal”. A gente ia... (comprava) duas sacas só de remédios para ela, por mês (ficava) à volta de 200€. Remédios caríssimos para os ossos! Depois o remédio dos ossos *davam cabo* [prejudicavam a zona] do fígado todo, e do estômago todo, que é por isso que a gente tem que ver, se a gente poder evitar sem tomar remédios, encosta-os todos. Ela começou e tal, um dia em maio, em maio não, em abril. Em abril ela começa *coisa e tal* [a ter problemas] (e a dizer): “Eu não posso andar, eu não posso pôr o pé no chão, a trabalhar no café (e estava) com a perna esticadinha e isto e aquilo”, eu disse: “Eu não sei como está isto, como vai ser isto”. O R. (filho) *vem* [veio] cá em cima da faculdade, e numa sexta-feira estávamos no café, ela *bota-me* [põe] assim a perna dela e o R. (filho) vem ali... começou (observar) pelos dedos, pelos dedos dos pés (e disse): “Hi... a mãe tem a perna partida deste lado”. Então em antes de ir para baixo disse (o filho) ao C. (irmão): “Tu e o pai...”. Foi no domingo para baixo (e disse aos irmãos): “Amanhã de manhã em Penafiel, fala ao Doutor N. que é o que está na... que é o ortopedista, que a mãe tem a perna partida em dois lados. Se eles não tomarem conta dela, aparece-me às urgências de Santo António, que eu estou ali e falo com o meu professor e a gente resolve

375 aquilo". No sábado às 7 da manhã foi para lá, aparece-me (em casa) às 9 (horas) da noite com
 376 a perna em gesso. A perna em gesso... ia estar 25 dias com a perna em gesso. *Cinco tal*
 377 [Entretanto] começou a ficar com comichão na perna. Pôs a perna em gesso até aqui
 378 (exemplificou), muito... muito, com muita comichão e depois começou a *apareceu* [apareceu]
 379 pelas cochas a cima umas empolas grandes, *parece* [parecia] balões, e aquele líquido ali,
 380 aquela humidade a escorrer pelo gesso a baixo. Eu pá (disse): "É melhor ires a um hospital,
 381 para cortar o gesso para ver como está isso", mas começa também a outra perna também a
 382 engrossar e a barriga a crescer um bocadinho. Estávamos na cama, isto foi mais ou menos na
 383 noite de Santo António, 13 de junho para 14, eram *prai* [para aí] 3 horas da manhã, diz-me ela
 384 assim para mim: "Oh M. acende a luz", eu pego no candeeiro, acendi a luz e diz ela assim para
 385 mim: "M. parece-me impossível, eu pareço que estou toda 'mijada', já não me vedo". Eu
 386 acendo a luz, quando eu vou ver a cama do lado dela, até já pingava pelo colchão a baixo, era
 387 tanta *cangarena* [?] de humidade... foi quando arrebitou o cancro. E eu disse: "Ai meu Deus
 388 do céu". Eu ponho-me a pé, foi a banheirinha acendíamos sempre o coisa é cá da ca, natural
 389 *num* [não] é? Foi só ligar o *coisa* [esquentador], acendi o *coisa* [esquentador] enchi a banheira
 390 cheiinha de água, dei-lhe banhinho, não tinha *faldas* [fraldas] para mulheres, *num* [não] é? Fui,
 391 peguei num lençol limpo trouxe bem *torcidinha* [torcido] *uma cuequinha* grande, uns calções de
 392 ginástica que eu tenho para apertar-lhe bem aquilo. E logo de manhã e virei-me para o C.
 393 (filho, e disse): "Oh filho", ele estava no fundo de desemprego a empresa tinha falido, "vais
 394 para o café, que eu vou ver se falo com um amigo meu que é operador no Hospital no IPO"
 395 (fala onde vive o operador 13:40- 13:54, 2ª gravação). (Disse o médico) "Senhor M. vai ter de ir
 396 já à sua médica para ir buscar um p1 e já tratar (disso)! Para andarmos para a frente! Mas isso,
 397 vai demorar 15 dias e tal" mas ela já estava a ser tratada em Penafiel por causa do fígado, já
 398 tinha feito um p1 e tal (fala da médica de Penafiel, 14:12-14:15, 2ª gravação). Então cheguei lá
 399 e chamei os meus filhos na hora do meio-dia, o H., o R., o C. e a A. (e disse): "Filhos a mãe tem
 400 isto assim a sim é melhor interna-la imediatamente no hospital no IPO". Ela virou-se para mim
 401 e disse: "Não! Eu não quero ir para o IPO, se morrer ou morro em casa ou morro em
 402 Penafiel!", esteve lá a ser bem tratada. Então peguei nela, e que é que eu fiz? Peguei nela
 403 disse, telefonei ao Doutor e tal, (e ele disse): "Não há problema, sou capaz de arranjar uma
 404 equipa do Hospital do IPO para a irem operar em Penafiel, ou à..."

405 **E: Onde ela estava a ser seguida.**

406 P: Onde ela estava a ser seguida. Então e peguei, fui a um médico que é da Radelfe (clínica
 407 privada) de Paços, e pedi-lhe, que é o dono da Radelfe (clínica privada), para falar com o filho a
 408 ver se o filho se *metia* [despachava a mulher] logo a fazer o exame, aos ovários e ao útero. Ai
 409 meu Deus, eu pedi à Doutora para me deixar acompanhar no exame, entrei. Ela estava aqui na
 410 caminha, por baixo da roupinha, vestiu só uma batinha branca, *veu* [veio] uma auxiliar para
 411 fazer o exame, e eu estava aqui mais o doutor com o televisor, o televisorzito que é o
 412 computador. E a auxiliar com o aparelho a ver dentro do útero, a ver tudo e tal e coisa. Virei-
 413 me para ela, olho para a doutora e ela a torcer um bocado o nariz e eu digo assim: "Oh
 414 senhora Doutora, ela parece que tem uma ninhada de coelhos na barriga", e ela... a Doutora
 415 até deu um ar de riso, mas triste. E ela assim: "Oh senhor M. agora até me meteu assim
 416 [impercetível] e tal" e eu disse: "Eu não sou, eu não percebo nada de medicina mas vejo umas
 417 coisas assim... parece-me uma ninhada de coelhos", aqueles quistos já grandes. Então
 418 começou na aquilo e eu disse: "Pare aí um bocado", e disse assim: "Oh senhora Doutora a
 419 coisa parece que está..." e ela (médica) disse: "Não deixe estar". Acabou o exame, foi vesti-la e
 420 depois trouxe-a à sala de visitas cá fora, do *coiso* [sala], onde a gente fez os exames. E eu disse:
 421 "Ai! Eu esqueci-me da minha pasta ali!" e fui logo para dentro, fui logo para falar com a
 422 Doutora e digo assim, e digo assim: "Oh Doutora, que a Doutora diz?" e ela disse: "Ande da
 423 perna que já não vai a tempo".

E: E foi aí que ela já ficou logo no hospital?

P: Eu então quando ela me disse isso, o que é que eu faço? Ligo ao Doutor, ao R. nosso filho, e o R. *vem pega* [veio pegou] nela, levou-a para Penafiel logo, para o hospital. Já com... aquilo veio passado 24 horas os...

E: Os papéis (documentos).

P: As *chapas* [exame]. E então o meu filho, o Doutor passou a ser o acompanhante dela, à médica. A médica viu, a *coisa* [exame] assim, ela começou a torcer o nariz e o meu R. e as auxiliares. E o meu R... viu ela a torcer o nariz e diz: “Oh senhora Doutora isto veio disto, assim, assim” e diz ela assim: “Hui, o menino até sabe, oh D^a. H. o que é que o seu menino faz?” – “Não... o meu menino é estudante” – “É estudante de quê?” (perguntou a médica), – “Ah, vai querer ser estudante de saúde”. E então quando foi para ver isso no útero, quando foi para (ver) os ovários, a outra *chapa* [exame] (e o filho disse): “Ai senhora Doutora e agora isto?”, diz ela (médica): “Oh pare aí, oh senhora H. o que é que o seu menino faz?” (perguntou novamente a médica) – “Oh senhora Doutora, eu não queria... ele não gosta... o meu menino está no 6^o ano de medicina”, – “A onde?” – “No Abel Salazar” (respondeu a mãe do R.) – “Hui” (fala onde estudou a médico 18:30-18:47, 2^a gravação). Virou-se para ele já não era um menino, e disse: “Oh senhor Doutor, faça o que você poder e fora que já não vai a tempo, que nós vamos fazer o máximo”. E então aqui foi uma rapidez do processo para a operar e tal, mas se eu pensava que ela ia morrer logo, não pensava! Às vezes era melhor que tivesse morrido?

E: Ela durou mais quanto tempo ainda?

P: Ela foi *operado* [operada] no dia 20, na noite de 23 de julho *pó* [para] 24 de julho e morreu no dia 5 de agosto, que foi um domingo de 2012. Eram dez menos um quarto, eu ia daqui para fora, que fui dormir a casa da minha filha que vivia do outro lado (refere que se cruzou com um familiar que ia para a missa 19:24 – 19:32, 2^a gravação). Diz-me ela (familiar): “Oh compadre, como vai a comadre?” – “A comadre está muito mal, muito mal” – ela: “Ai não me diga?” – “Ela está muito mal” (disse o senhor M.). E o telefone passado um bocado (toca), era a Doutora: “Está, senhor M. Sou senhora Doutora. Está preparado?” e eu estremei e agarrei-me a uma árvore e à minha comadre, que ela é baixinha. Estava a ver que ela desmaiava ali à minha beira, “a sua queria acabou de falecer neste momento” (disse a médica). Pronto, o que é que eu faço? Estava um colega meu do trabalho, que era meu empregado (fala onde este trabalhava 20:09- 20:20, 2^a gravação) e eu chamei-o e disse: “anda cá. Vai ali à minha cunhada G. e ao meu irmão o Z. e diz que a irmã que morreu, para avisar a família”. *Vou* [fui ter com] o meu H. (filho que) ficou, é que abriu o café às 8 horas, chego ali e fechei as persianas do café. O meu filho ficou assim olhar para mim os clientes... comecei a pedir aos clientes para saírem cá para fora e dei um abraço ao meu H. e ao meu C. e à minha nora e disse: “A mãe acabou filhos”. Pronto, tratou-se logo...

E: Do resto, não é?

P: Tratar... chamou-se o armador. Tratou-se das coisas, e fez-se o funeral mas dentro daquilo que ela queria que se fizesse. Ela tinha umas restrições, ela não queria que visse a fotografia dela pendurada aí nos cafés.

E: Ah.

P: Ela num... num... queria ir vestida de preto, queria ir vestida... e eu se tivesse mais bem (economicamente) até lhe comprava um vestidinho de noiva, ia vestida de noiva era o gosto que ela tinha, ir vestida de branco. Depois até levou umas calcinhas brancas e um *toplès* [top] dela que tinha branquinho, levou umas calcinhas brancas em... de ganga não é? Eram da minha filha, foi as calcinhas que ela levou. A provamos aí. A partir daí pedi à doutora se podia

logo tratar do funeral que ela disse: “Ela vai já para baixo, pode já tratar do funeral, pode já marcar para amanhã”.

E: Senhor M. podia-me agora falar um bocadinho como é que foi após a perda da sua mulher? O que é que sentiu que mudou na sua vida?

P: Olha a perda da minha mulher, foi a perda da minha vida. Foi um desastre... económico, porque eu tinha dois empréstimos bancários. Um, quando compre isto ao meu sogro, outro, quando formei o meu filho. Depois com as despesas da doença dela, com as despesas lá em baixo... do Doutor (filho) R., que o meu filho vivia na Boavista. Tinha uma casa pagava um renda muito grande, era umas despesas grandes com o deixar de ter uma empregada, patroa e passei a ter duas empregadas e depois vinha um irmão ajudava e depois vinha... Muita gente a trabalhar (no café/restaurante e) pouco rendimento e muita *porcaria* [muitos problemas], e então aquilo começou a ir a baixo. Então eu tinha uma despesa mensal, por mês a pagar aos fornecedores à volta de mil, de 5 mil e 600 euros, com ela e meio anito com a minha filha ainda se faturou 8 mil, 7 mil, 10 mil euros por mês. Quando fechei o café com 2 empregadas, um arrendamento a pagar 750 euros de renda por mês, 200 euros de água, 600 ou 500 euros de luz, pagar a minha caixa, pagar a caixa das minhas empregadas, pagar isto. Chegou-se a meses que não se faturava 2 mil euros, e eu com uma despesa de 5 mil e 600 euros. Dei 40 e tal mil euros, tive de vender a minha casa para...

E: Para pagar...

P: A casa que eu *parti* [partilhei] com os meus filhos, dei isto, que é deles. Fiquei com a minha casa, foi a minha casa, o meu carro, foi tudo, nisto vendo isto para pagar tudo. Entram-me aqui, assaltam-me isto aqui (a casa), e roubam-me tudo. Eu estava a receber medalhas dos heróis do ultra mar, ofereceu-me o senhor presidente da Câmara. (Os ladrões) rasgaram aqui as chapas, rebentaram o portão, chegaram lá e roubaram tudo, máquina fotográfica, máquina de vídeo, um ecrã, as louças, as melhores louças em porcelana, as malas dela.

E: E na sua família e nos eus amigos houve uma alteração? Houve alguma mudança?

P: Uma mudança muito grande, a família, não desfazendo, pronto. A minha mulher é irmã da minha cunhada [impercetível] na vida deles, num teve... os meus filhos pronto, segundo eu vejo, o R. (filho) é muito bem dado com as... ele cresceu com... (elas, sobrinhas). Comigo um bom dia, uma boa tarde, não *há* aquela ajuda: “Oh pá vens comer a minha casa...”. Não tive apoio de ninguém. Eu no primeiro ano da morte da minha mulher, eu gastava 1500 euros, porque eu não tinha *pachorra* [paciência] para fazer de comer. Eu fique... eu bloqueei, isto é como você estar a trabalhar no computador e ele bloqueou e você ali e enciste, enciste e não traz o programa que você quer, e eu bloqueei. Eu nunca *fiz* [tinha feito] contas da minha vida, quando eu comecei a fazer contas que o dinheiro não chegava para nada, eu disse: “Eu estou desgraçado da minha vida”. A única coisa é tentar fazer... fui duas vezes para a urgência para Penafiel, fui bem tratado e disse assim: “Ou eu vou ter de olhar por mim ou eu vou atrás dela”. Então tive forças para ‘puxar’... a mentalidade já era forte e então eu disse: “Eu vou aprender a fazer o comer, a fazer as coisinhas, tratar-me isto e aquilo”. Emagreci 20 quilos.

E: E o que é que o senhor M. fez ou faz para superar essa dor?

P: Olha, tento ser feliz e fazer alguém ser feliz. O que é ser feliz? Olha a primeira coisa, sai agora da caminha, quando a D. (sobrinha) me ligou estava no parque. Faço 10 km à volta do parque, corro andamento e a andar. Tinha comido um bom pequeno-almoço, tomei um litro de leite e três sandes de queijo, fui ao parque, tenho equipamento, é pertinho e tal... Nada como sentir o coração, pum, pum, pum. Se sentir ela (coração) a acelerar um homem baixa a marcha até transpirar bem, que até faz bem. Cheguei aqui, tinha ligado o esquentador que é

elétrico, tomei uma boa banhoca, digo eu assim: “Oh agora já é meia hora, vou...” fui à casa das sandes comi uma *malginha* [tigela] de sopa e uma coisa, duas sandes boas e bebi uma *coisinha* [garrafa] de água. Depois preparei-me à maneira de ir ao funeral e...

E: Então para superar essa dor, o senhor M. costuma ir correr...

P: Vou correr, vou sair à noite se houver que aqui há um bocadinho de pé de dança e isto e aquilo. Estou-me ali a entreter, peço uma cervejinha estou uma horinha duas a dançar, gosto muito, a entreter-me para aliviar o *stress* e ‘matar’ o tempo. Às vezes estou aqui na cama, ainda foi este domingo, não, no sábado, houve aí um porco no espeto fui lá cima Ferrara Plaza jantar com o meu filho mais velho, eu e mais os meus netos, estava a dar o Porto. (Fala do jogo do Porto 28:10- 28:13, 2ª gravação). Cheguei a casa “vou para a cama”, eram 9 e meia (e pensou o senhor M.) “Oh é muito cedo”. Pus-me a pé vesti-me fui aqui (ao café). É só jovens aqui (café) é que eu sou muito amigo dali (dos donos), estive até às 2 e meia *assentadito* [assentado], tomei um café, bebi uma mini. E estive ali 2 horas a ver o *coisa* [ambiente] até a rir-me a ver elas (jovens) a beber aqueles *choques* [shots] elas coisa...

E: Sei.

P: Elas ali... Só para passar, ‘matar’ o tempo. Quer-se dizer eu tenho muita força de viver e o que me dá força de viver é num [*não*] ser medroso. Estando com os meus amigos, no parque, numa festa, aí isso sou...

E: E o senhor M. também procura uma estratégia para viver o seu dia-a-dia e superar essa dor, procura ir à missa? Procura... como é a sua ligação com a igreja.

P: Eu vou-lhe dizer... eu... deixei... não, eu não deixei. Eu tinha o meu café, é um problema a gente ter um negócio que esteja aberto 7 dias por semana sem ter um dia de folga. A gente ter tempo para... e depois sozinho, deixei de ir à missa, muito tempo ia, nos dias que ela fazia o aniversário, o mês de *coisa* [de falecida]. Mandava rezar uma missinha pela alma dela e depois aí está ao ponto que eu queria, citei logo nos princípios: ah pessoal que anda, que são ministros da comunhão, que eles deviam estar na cadeia. E a gente depois de passar tantos problemas na vida e vê essa gente à frente de coisas religiosas que é coisa ... Não têm vocação para estar, exercer aquelas funções, que eles deviam de estar *masé* [certamente] *enjovados* [presos]. Por exemplo um presidente da direção com 10 anos faz-me um ...

E: Mas como é que é... o senhor M. pronto retirando essas pessoas como já me disse da visita pascal, mas como é que...

P: E agora... às vezes não me esquece de ir à igreja, que (até) gosto. Mas quando vou para enfrentar as pessoas, com leitores, com ministros da comunhão, como às vezes, fujo um bocado, porque não quero ir à igreja e os ver. Porque acho que essas pessoas não são competentes de estar responsáveis. (Conta uma situação da igreja 00:47-02:42, 3ª gravação).

E: Para concluir, o senhor M. disse-me que não teve grandes apoios das pessoas, mas teve algum apoio a nível psicológico?

P: Nada. Nada, o apoio psicológico que eu tenho foi ganho pela força de vontade de viver. Os meus filhos ainda estiveram, depois é que eu vim a descobrir... andei um *bocadico* [bocadinho] diferente com os meus filhos quase um ano, *num* [*não*] é? Estava ali só, eles não me aparecem depois começam a ter vergonha do pai, que anda metido nisto e naquilo e não *aparecem* [apareciam] nem nada, e eu revoltei-me contra eles. Mas são filhos e eu sou pai, voltou tudo à normalidade, está tudo bem. Só desejo é... o meu maior gosto é não me zangar mais, seja o que houver, que o pai arranje uma mulher ou que se junte ou que isto, ou que aquilo. Os filhos têm que se convencer que o pai tem 62 anos, não tem 80 anos, o pai não está a depender nem

561 de A nem B, o pai tem de viver a vida. Agora não é 'viver a vida de puta em puta', aí
562 [impercetível]. Agora tenho de viver para os meus filhos, mas também tenho de viver...

563 **E: O que é que o senhor M. mais gosta de fazer?**

564 P: Oh pá, uma coisa que eu gosto. Olhe uma coisa que eu gosto muito que (antes) tinha tão
565 pouco tempo, quando tinha os móveis, gostava muito de dormir e passar encostadinho com a
566 mulher na cama. Gostava. Agora não tenho isso, mas gosto muito de dormir. Deito-me muito
567 cedo, como, faço a comida, quando for 8 e meia (da noite)... quando era (no tempo) da casa
568 dos segredos já estava na cama.

569 **E: E o que menos gosta de fazer?**

570 P: O que menos gosto de fazer... Eu... gostava de fazer muita coisa mas agora não faço nada
571 não é. Agora não tenho o tempo para ocupar de nada. É... uma coisa que por exemplo, mesmo
572 em desporto e de vícios, uma coisa que eu nunca gostei nem de jogos, nem de bingos, nem
573 jogos de cartas, nem disto, nem de confusões. Tento tudo ao máximo de evitar. Agora gosto de
574 dar uns *punta* [ponta] pés e fazer um bocadinho de futebol salão, gosto. Gosto de puxar pelas
575 pernas que faz muito bem ao coração, puxar pelo físico. Gosto de dançar, gosto de coisa, gosto
576 de tudo que me faz feliz. Gosto de ler um bom livro, tenho bons livros, leio muito. Se for um
577 livro que me diga alguma coisa, que tenha uma história de amor, gosto. Tenho livros bons de
578 coisa. São livros atenção, nada de pornografia, nada dessa porcaria mas, livros que pá... um
579 namoro que encontrou uma jovem, fez isto, foi para a cama, coisa e tal, no *marmanso*
580 [relacionamento]. Tenho boas leituras, que você ficava... e mais tenho ali... queimei *prai* [para
581 ai] um camião de livros. Foi muito desde novo que (eu) era muito romântico. Quando tinha 10
582 anos comprava o livro da Rosa do Adro, o Amor de Perdição, o Cajos, o Zé Telhado...

583 **E: Já gostava muito disso.**

584 P: Quer-se dizer, fui sempre muito amigo da leitura e da história, porque se a gente não lê não
585 sabe contar nada a ninguém.

586 **E: Senhor M. olhe muito obrigada por ter partilhado estes momentos comigo. Esses**
587 **momentos delicados da sua vida e por ter tido esta disponibilidade em partilhar e colaborar**
588 **neste estudo. Obrigada.**

589 P: Ok. Só lhe agradeço que seja útil para a sua vida.

590 **E: Obrigada.**

ID 12

E: Entrevistadora; P: Participante; S: Sobrinha

1 **E: D.^a G. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Sinto.

3 **E: Como é que descreve esse luto que sente?**

4 P: Sinto-me em luto porque gosto de andar de preto e estar... por ele, lembrava-me dele *num*
5 [não] é? Em luto... de certeza deve ser isso, ou não?

6 **E: O luto que aqui me refiro não é só, não é o facto de andar de preto mas...**

7 P: Do coração.

8 **E: Do coração. Aquilo que sente.**

9 P: Pois.

10 **E: A falta, se sente aquela falta dele. Aquela dor...**

11 P: Pois sinto, pois.

12 **E: Sente isso...**

13 P: Sinto muitas vez [vezes]. Que cá estivesse (fala emocionada).

14 **E: D.^a G. gostaria que agora me falasse um bocadinho acerca de si, da sua vida, das suas**
15 **origens, como é que foi a sua infância... se já era daqui, como é que conheceu o seu marido...**

16 P: Ai, éramos quase vizinhos.

17 **E: Eram?**

18 P: Eu morava ali, lá onde mora a minha irmã C., ele morava em baixo lá junto a casa dela,
19 morava em baixo, naquele fundo (da rua), lá no Brandal ali à beira, éramos vizinhos.

20 **E: E como é que foi? Foi o seu primeiro namorado?**

21 P: A tua avó também morava ali (fala para sobrinha). Não, *num* [não] foi o primeiro namorado.
22 Tive mais alguns ah... ah... pouco tempo, ainda era... ainda éramos novos. Depois as *cachopas*
23 [raparigas] daqui até [impercetível] queriam falar para mim (risos). E depois até as punha a
24 'correr à pedra' (atirava com pedras) (risos). (Fala de uma situação de discussão com uma
25 amiga 01:50-02:00, 1^a gravação).

26 **E: Namoraram assim durante muito tempo?**

27 P: Namoramos uns *anicos* [anos].

28 **E: E os vossos pais sempre apoiaram? Ou foi complicado?**

29 P: A gente *dantes* [antes] é como se costuma dizer *num* [não] era como agora, ah... Vinha os
30 pais dele ou vinham os da gente (seus pais) e a gente fugia. Se tivesse à porta a namorar,
31 namorava-se à porta e... era, ia-se lá para dentro, quando eles (pais) *entra-se* [entrassem] para
32 dentro, é que a gente saía, outra vez para fora. Ou pegava no *cantro* [cantoro] e ia à fonte,
33 depois buscar a água e já ia aquele bocado com ele, se não eles não deixavam (risos). Tá bem!
34 A gente estava assim à frente dos pais, eles *arrumavam-se* [saíam] para lá... se a gente *num*
35 [não] fugir... A gente fugia pois. Eles pegavam... nós tínhamos bicicletas de pedal, pegavam na
36 bicicleta e *oh pernas* [fugíamos], nunca mais ninguém nos apanhava (risos). Depois dava uma

37 *voltica* [volta] e tornava a vir outra vez. Quando eles davam... mas não éramos só nós assim,
38 era toda a gente.

39 **E: Mas namorou muito tempo ou passado pouco tempo de começarem a namorar casou-se?**
40 **Como é que foi?**

41 P: Não, ainda namorei uns *anicos* [anos]. *Prai* [Para ai] 7 *anicos* [anos].

42 **E: E depois como é que foi o pedido de casamento?**

43 P: (Risos). O pedido de casamento (risos) ... o pedido de casamento até costuma-se dizer, eles
44 pediam oh... era, arranjavam uma pessoa qualquer e pediam para, pediam aos pais para
45 (poderem casar) ...

46 **E: E depois como foi no casamento?**

47 P: O casamento fomos dar um passeio oh... oh... para o lado de Braga ou assim... Levou-se o
48 *marendeiro* [merendeiro] convidou os pais, convidados... antes era assim. Não era casamentos
49 como é agora, ah bem...

50 **E: E depois vieram para aqui viver os dois juntos ?**

51 P: *Odepois* [Depois] viemos *pá qui* [para aqui], fomos para a estrada (zona da freguesia), acolá
52 para a estrada que era... tu (fala para sobrinha) não conhecias onde era da falecida avó, a casa
53 da falecida avó?

54 S: Ah não.

55 P: Estava lá a mãe da tua (diz para a sobrinha)... ela tinha lá uma casa que agora é da tia M.

56 S: Ah, a tia M. mora lá.

57 P: Não, a tia M. mora ali, quem mora lá... depois aquilo foi vendido lá... a tua avó, mas era a
58 outra, a H. não era a F. Era a H. não era a F. a mãe da F.

59 S: A minha visavó.

60 P: É que era irmã do meu *home* [homem]. Era a mãe... a F. é que era a mãe do meu *home*
61 [homem]. A F...

62 S: Eu sei, eu sei.

63 P: E então *odepois* [depois] aquilo... venderam. E depois deixaram a ela para a M., aquilo só
64 podia dar para um e agora os filhos dela até *tem* [têm] lá as casas *támem* [também], fizeram lá
65 umas casas.

66 **E: Como é que era a vossa relação? Como é que era a sua relação com o seu marido? Como é**
67 **que se davam?**

68 P: Oh. *Dava-se* [dava-nos] bem, como diz a cantiga. Uma vez (risos)... uma vez fomos à feira,
69 era o 5 de agosto, era aquilo... o sitio onde morava era assim, 5 de agosto, nós até *dantes*
70 [antes] era de levar um guarda chuva na mão, o nosso brinquedo, a nossa coisa. Andávamos lá,
71 andávamos na feira de [impercetível] à volta ah... *prontos* [pronto] quem não tinha namoro a
72 ver se arranjava algum *num* [não] era? Lá à volta e depois a gente dava-lhe... vinham... uma vez
73 *veu* [veio] agarrou-me aqui ao vestido com o guarda-sol (risos). E depois o meu marido uma
74 vez, andávamos lá na feira e ele andava lá com os colegas, andava lá com os colegas *támem*
75 [também], e (a) *bober* [beber] andava-se na roda. Aquilo parecia uma...

76 S: Uma roda gigante.

77 P: Aquilo andava tudo à volta da [impercetível] conheces *num* [não] conheces?

- 78 S: Conheço.
- 79 P: Pois tem aquela estrada toda à volta. E depois agarrou e ficou lá com os colegas, não *veu*
80 [veio] comigo.
- 81 S: Já eram... já eram casados?
- 82 P: Não! Éramos namorados, ainda namorávamos. E depois não *veu* [veio] comigo. Eu *agarrei*
83 [vim]... e depois ele *veu* [veio] ali, pegou na *biciclete* [bicicleta] ele não entrou eu também não
84 sai. *Num* [Não] sai, fiz de conta que não chegou ali ninguém. E ele lá esteve um *rode* [muito]
85 tempo...
- 86 E: À sua espera.
- 87 P: À espera com o pedal (risos), com o pé na pedra *num* [não] sai *támém* [também]. Era assim.
- 88 E: Mas depois já de casados como é que vocês se davam?
- 89 P: Aí dávamos bem.
- 90 E: Falavam...
- 91 P: A gente às vezes tinha as suas *coisas* [chatices] *num* [não] é? Às vezes por qualquer coisa,
92 nem sempre estava *támém* [também]...
- 93 E: Tudo bem, não é?
- 94 P: Estava... Todos os casais às vezes por qualquer coisa *támém* [também]... mas dávamos
95 sempre bem.
- 96 E: Sim.
- 97 S: Posso só ir fechar a janela do barulho, está bem?
- 98 P: *Tá bem* [Está bem].
- 99 E: D.^a G. e como vocês se divertiam? Como é que passavam o tempo? Já depois de casados o
100 que vocês faziam?
- 101 P: A gente ia passear *támém* [também], sabes, nós demos muitos passeios. Nós até quando
102 fizemos os 50 anos de casados, quem *veu* [veio] num dia... que o nosso padre foi para Fátima e
103 fez-nos lá os 50 anos de casados, fez em Fátima.
- 104 E: Ah.
- 105 P: Fez lá em Fátima. Calhava bem, íamos sempre à missinha e a gente calhava bem, dávamos
106 bem. E *marés* [havia tempos que] ele tinha uma *motorizadica* [motorizada], motorizada, não
107 era carro era motorizada. E até antes de morrer, coitadinho comprou uma nova pouco antes
108 de morrer. A outra (motorizada) começou a ficar *velhica* [velha]. Gostava muito de ir à missa
109 durante a semana *támém* [também] à missa, à [durante a] semana. “Então foste agora
110 comprar bicicleta e agora para onde é que vais?” (perguntou a D.^a G. ao marido) – “Ao menos
111 para ir para a missa” (respondeu o marido). Ele tinha muito bronquite, tinha tosse, ele *támém*
112 [também] tinha assim um bocado de tosse *támém* [também] já há muito tempo e... ia sempre
113 à missa, à [durante a] semana. E lá pronto, vinha, e a gente *atimava* [eu orientava] e comia. E
114 (ele)... rezava muito e ia muitas vezes à missa, à [durante a] semana. Comprou uma
115 motorizada nova para ir à missa, à [durante a] semana.
- 116 E: E em que é que trabalhavam? Vocês os dois em que é que trabalhavam?
- 117 P: Eu trabalhava em casa, tinha muito filho *támém* [também]. Ele trabalhava a marceneiro,
118 trabalhou *coitadico* [coitado], trabalhou muito *támém* [também]. Ainda... depois de estar

119 reformado trabalhou 3 *anicos* [anos] em Modelos, ainda trabalhou aí e depois o patrão
120 mandou-o embora e ele já ia, pronto, já... Andou doente um *rode* [muito] tempo, andou
121 doente... não queria estar em casa, queria... estava habituado lá com os colegas, a trabalhar
122 com os colegas.

123 **E: Pois, mas a D.^a G. sempre trabalhou em casa?**

124 P: Sempre trabalhei em casa, nunca trabalhei em lado nenhum.

125 **E: Pois. A D.^a G. pode-me falar um bocadinho como é que... como é que foi a perda do seu**
126 **marido? Quando... disse-me abocado que ele teve aquela dor não foi.**

127 P: Pois estive. Foi coisa que lhe deu, ele lá tinha muita tosse abafou com aquilo, sei lá. Não sei
128 como foi *aquilo* [a morte]. Sei que eles (bombeiros) levaram-no para lá e ele já *num* [não] *veu*
129 [veio]. Nunca mais *veu* [veio], depois as filhas foram corajosas, foram lá ao outro dia de manhã
130 cedo vesti-lo para *morde* [?]. Eu disse-lhes se elas queriam vesti-lo, e elas foram vesti-lo ah...
131 mesmo as (filhas) mais novas.

132 **E: Foi uma morte muito repentina, a D.^a G. não estava...**

133 P: Repentina, não estava a fazer conta.

134 **E: Não estava à espera.**

135 P: Pois não. Mas ele se calhar ela já não andava muito *bô* [bom], quando me disse que já não
136 *plainava* [aplainava] a terra. “Já não é para mim, já não é para *plainar* [aplainar]” (disse o
137 marido da D.^a G.) e eu comecei-me a rir, que eu já há muito tempo que eu ando assim... assim
138 meia *doentica* [doente] e digo assim para ele: “*Atão* [então]” comecei-me a rir e disse: “*Atão*
139 [então] se não é para ti que podes, e é para mim que não posso”. Parece que já adivinhava,
140 parece que já adivinhava.

141 **E: Já estava a prever, já estava a sentir que não estava alguma coisa bem.**

142 P: Alguma coisa bem.

143 **E: Ah... D.^a G. pode-me falar agora um pouco... Ah, após a morte do seu marido o que é que a**
144 **D.^a G. acha que mudou na sua vida?**

145 P: Ah... não mudou nada. Penso sempre nele, vou sempre à missa, vou... nunca mais tive
146 alegria para ir para *banda* [sítio] *nenhuma* [nenhum]. Elas (filhas) bem *diz* [dizem]: “Oh mãe
147 anda até à praia... anda assim, anda assado” – “Eu não vou nada” (diz às filhas).

148 **E: Então mudou a alegria?**

149 P: Mudei a alegria, pois... *num* [não] gosto, parece que *num* [não] ... de ir agora assim para
150 *banda* [sítio] *nenhuma* [nenhum]. *Num* [Não] gosto de ir.

151 S: Foi a D.^a G. que criou os 8 filhos aqui em casa?

152 P: Pois foi, a dar de comer... Foram trabalhar coitados, *cedico* [cedo], foram trabalhar com o
153 pai *cedico* [cedo], todos. É por isso que estão a trabalhar lá em cima na oficina, e o Z. até pôs
154 aquela casa, aquela casinha ao pé da tia M. (fala para a sobrinha). Aquela *casica* [casa] é da tia
155 M. que mora ao pé dele. A dele é que está tapada, que tem aqueles portões, que tem aquela
156 parece alta e a da tia M. é aquela de baixo. (Fala sobre a sobrinha não saber onde é a casa do
157 seu tio, 04:34-04:47, 2^a gravação).

158 **E: E a nível da sua saúde acha que mudou? Após a perda do seu marido a sua saúde como é**
159 **que ficou?**

160 P: A saúde não ficou muito bem, ficou pior.

161 **E: A que nível? Porquê?**

162 P: (Ando) mais triste... eu também tomo muitos medicamentos.

163 S: Sente-se mais 'em baixo'.

164 **E: 'Em baixo'. Mais 'em baixo' mais assim...**

165 S: Mais abatida, com menos vontade de fazer as coisas?

166 P: Pois.

167 **E: Já não tem tanta vontade.**

168 P: Pois não. Como você pode ver também já não tenho força.

169 **E: Ainda vai tento alguma, não é?**

170 P: Tenho pouco força *támem* [também]. Ainda hoje fui dar duas voltas à volta daquela fábrica,
171 acolá, aquela fábrica da folha. Aquilo por lá ainda são uns quilómetros.

172 S: Ai você foi caminhar...

173 P: Fui caminhar, duas voltas. Vou por esta *banda* [lado] daqui e depois vim por ai a baixo. Fui
174 caminhar, e ainda é um pedaço muito grande, que a fábrica é muito grande e depois tem
175 estrada a toda a volta. E eu fui caminhar duas *volticas* [voltas], já cheguei aqui derreada mas...
176 depois sentei-me.

177 **E: Descansou.**

178 P: Descansei um bocadinho.

179 **E: E a nível económico notou diferenças? A nível financeiro...**

180 P: O dinheiro?

181 **E: Sim, o dinheiro.**

182 P: O dinheiro eu estava arreceber. Eu nunca descontei. Nunca descontei para lá (segurança
183 social) para aquilo. Mas depois como fiz a idade, eles deram-me lá tudo...

184 S: A reforma.

185 P: Uma reforma, um tanto. E depois cortaram, cortaram agora muito no... fiquei na... não sei se
186 é bem metade, um tanto por ele, do ordenado dele. E cortaram no meu, cortaram ainda um
187 *dinheirico* [dinheiro].

188 **E: Ah... o que é que a D.^a G. fez ou faz para superar essa dor que às vezes sente da perda do**
189 **seu marido? Como é que faz para ultrapassar essa dor?**

190 P: Oh estou triste... entretanto passa. Estou muito triste, às vezes *descuzava* [não precisava] de
191 lembrar tantas vezes: "Estavas aqui, assim, assado" (pensa a D.^a G.). Lembra-me muitas vezes
192 (fala emocionada).

193 **E: Abocado disse-me que às vezes vai ao cemitério...**

194 P: Vou ao cemitério. Vou todos os sábados, vou ao cemitério mais elas (filhas). Mais agora
195 (que) o cemitério é [está] mais jeitoso, tem uma escadaria alta para subir para cima.

196 **E: E quando a D.^a G. vem de lá do cemitério como é que se sente?**

197 P: Sinto-me melhor...

- 198 S: Mais alívio, mais alívio.
- 199 P: Pois, mais alívio.
- 200 **E: Também sente isso quando a D.^a G. costuma a rezar o terço?**
- 201 P: Rezar o terço... aí o meu filho reza comigo.
- 202 **E: E sente, sente... no fim sente alívio também como quando vai ver o seu marido ao**
- 203 **cemitério?**
- 204 P: Pois, a gente fica mais alegre. Eu até rezo, e quando fui operada na... Quando acabo de
- 205 comer rezo sempre um terço. Ele (filho) às vezes agarra, às vezes vou lá assim com a mão e
- 206 não posso mexer (no terço). E ele (filho) agarra, lá meu filho agarra no terço que lá está na
- 207 cozinha... já é costume rezar.
- 208 S: Este filho então é que a ajuda.
- 209 P: Pois ele é que me faz o serviço (tarefas domésticas) todo. Agora não podia fazer nadinha.
- 210 **E: Ele vive aqui consigo?**
- 211 P: Pois vive, é solteiro, é o mais velho.
- 212 **E: Mas já vivia antes do seu marido falecer?**
- 213 P: Pois vivia comigo e com ele (marido), vivíamos todos os 3. Agora só ficamos 2.
- 214 **E: É um grande apoio.**
- 215 P: Pois é. Ai é, é (ele) que me ajuda a tirar a manga da camisola e que trabalha (aqui em casa).
- 216 É que me faz tudo, elas (filhas) *támém* [também] às vezes vem ah... elas penteiam-me o
- 217 cabelo, hoje até *num* [não] pentearam e agora não posso pentear agora assim com a mão
- 218 assim, não posso pentear. E vêm me dar banho, elas dão-me banho *támém* [também]. Eu
- 219 tomava bem banho e tudo mas agora (risos) tenho de perder a vergonha e (risos)...
- 220 **E: Tem de aceitar a ajuda.**
- 221 P: Tenho de aceitar a ajuda (risos).
- 222 **E: E que estratégias, é que a D.^a G. adota, utiliza para viver o seu dia-a-dia? Como é que vai**
- 223 **vivendo o seu dia-a-dia?**
- 224 P: Oh, vou vivendo. *Praí* [Para aí]. Às vezes vou até ali adiante, até ao *campico* [campo] e
- 225 vivendo *praí* [Para aí]. A *cachopada* [netos] *támém* [também] *está* [estão] *praí* [para aí].
- 226 **E: Tem aqui os netos todos...**
- 227 P: Tenho aí, tenho dois *neticos* [netos] pequenos agora. São 2. Mas já criei outros, 2 agora já
- 228 andam... criaram... já andam na escola, já são grandes, já andam lá para o ciclo. Lá *pó* [para]...
- 229 **E: Então sempre andou rodeada de netinhos aqui em casa.**
- 230 P: Pois andei, criei aqui uns poucos de netos. Criei-os *praí* [Para aí] e gostam de aqui comer.
- 231 Ainda agora a *cachopica* [neta] não *veu* [veio] quis ficar *co* [com o] irmão e o *oitro* [outro]... Ele
- 232 fez (uma comida) com massa, é ele (filho) que cozinha fez o *estrugidico* [estrugido] e tudo que
- 233 eu... enquanto me regou o jardim. Gosto muito de ter um jardim, que eu compro flores, tenho
- 234 lá dentro e um *rode* [muito] de jardim para levar para o cemitério.
- 235 **E: E a D.^a G. toma conta assim do jardim? Às vezes vai lá ver o jardim?**

236 P: Pois vou ver, e agora já disse para ele. Ele (filho) começou a dizer: “Se for preciso, podar ou
237 podar” e eu disse: “Ao meu filho eu *pudo* [podo], porque eu já posso. Com esta mão já posso
238 dar assim um nó nas fitas para amara-lo”.

239 **E: Sei, sei.**

240 P: Para amara-lo...

241 **E: Para não cair as flores.**

242 P: Para não cair as flores e eu já posso dar (um jeito nas flores). O que eu mais quero na vida é
243 poder dar [impercetível], que depois aquilo cresce e dão umas [impercetível] (flores) muito
244 bonitas. E eu disse: “Eu não quero ser operada porque eu já posso dar um nó, nas fitas”
245 assim...

246 **E: E aqui nos vizinhos, costuma a conviver muito com os seus vizinhos?**

247 P: Ai convivo. O que tem agora, a agente era mais (de conviver) agora...

248 S: E vai todos os domingos então à tia C. falar com ela...

249 P: Pois vou. Vou falar com ela (filha), ela agora *num* [não] teve... foi à missa a Frazão eu não *foi*
250 [fui] à serra. Lá em Frazão era muito demorado e depois é muito aperto. *Num* [não] podia ir,
251 fui no sábado à missa à serra e ela foi para Frazão e eu depois ainda *foi* [fui] um bocadinho lá.
252 Foi até à casa da minha M. e depois ela (filha): “Oh mãe você não vai sozinha”. *Veiu-me* [Veio-
253 me] trazer, *veiu-me* [veio-me] trazer lá à casa da tia C. (Fala de uma mosca que perturbava
254 11:39-11:42, 2ª gravação). Ela veio lá trazer e depois ao para cá eu vim. A L. (filha) tinha ido,
255 não sei *adonde* [a onde] lá com o filho *támém* [também] comer, *veiu* [veio] tarde. (Fala da filha
256 chegar cedo e fazer os seus trabalhos, 11:54-12:17, 2ª gravação). Depois põe lá uma cadeira e
257 põe um *camisolico* [camisola] velho.

258 S: Ficam lá as duas a conversar.

259 P: A conversar. Entretanto depois vem a F. (filha), mas a F. também tem os filhos tem as saídas
260 dela (Fala do namorado e trabalho da neta, 12:29-13:41, 2ª gravação).

261 **E: D.ª G. quando... Após a morte do seu marido que tipo de apoios físicos ou humanos teve,
262 que ajudas é que teve?**

263 P: Ajuda de quê?

264 **E: Se teve uma ajuda de alguém que lhe foi ajudando nos primeiros tempos, após a perda. Se
265 calhar teve a ajuda deste seu filho, como há bocadinho disse.**

266 P: Pois.

267 **E: E teve assim mais alguma ajuda, do hospital... a nível psicológico...**

268 P: Não... o hospital nunca ligou, nunca mandou dizer nada, nem... Ainda agora quando ele... os
269 hospitais... coitados quem ci neles! Ainda agora quando fui com o braço, *teve* [estive] lá um dia
270 inteiro e vir assim embora com o braço conforme estava. *Esteve* [Estive] um dia inteiro, tirou
271 um Raio x, acusou e eu fiquei com o braço desgraçado. *Odepois* [Depois] ainda *foi* [fui] a
272 endireitas, ainda gastei 9 contos nos endireitas (Explica qual foram os endireitas, 14:41-14:58,
273 2ª gravação).

274 **E: E da segurança social teve assim algum apoio? Teve... aquele apoio normal...**

275 P: Não tive apoio nada, tive apoio mas foi de tirar, de me tirar o meu...

276 S: Diminuíram o valor da reforma.

277 **E: Mas não deram aquele apoio do funeral? Deram.**

278 P: Deram. Parece que deram. Parece que... Agora é menos, *dantes* [antes] davam mais.

279 **E: Parece que pagavam tudo.**

280 P: Agora deram menos. Ao menos deram... eu é que *num* [não] porque nunca descontei. Eu
281 [impercetível].

282 **E: E o que é que a D.^a G., diga-me alguma coisa que a D.^a G mais goste de fazer.**

283 P: Eu gosto de fazer... eu gosto de fazer tudo, gosto de cuidar do jardim, gosto de fazer de
284 comer, gosto de fazer tudo. (Fala novamente da dificuldade de fazer o comer e que tem o
285 apoio do filho 15:43-16:00, 2^a gravação).

286 **E: E o que menos gosta de fazer D.^a G.?**

287 P: Eu nem sei... o que menos gosto de fazer... Antes quando podia, gostava muito de lavar.
288 Lavar gostava muito. Agora também não posso lavar não posso nada, tenho a máquina *támem*
289 [também]. Ele (filho) é que mete a roupa na máquina, não sei lidar com aquilo... lá com a
290 máquina lá (risos).

291 **E: Não há assim nada que não goste de fazer no seu dia-a-dia?**

292 P: Eu gosto de fazer tudo o que posso. Gosto de fazer.

293 **E: Pronto, D.^a G. muito obrigada por ter participado neste estudo e por ter partilhado estes**
294 **momentos delicados comigo.**

295 P: Eu sabia pouco, mas disse o que sabia (risos).

296 **E: É, sobre acerca de si, sobre acerca da sua vida. E obrigada pela disponibilidade em ter**
297 **colaborado neste estudo. O tempinho que esteve aqui disponível. Obrigada.**

298 P: *Tá bem* [Está bem], *tá bem* [está bem].

ID13

Nota: E: Entrevistadora; P: Participante; V: Vizinha

1 **E: D.^a M. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Já não, já (não) me sinto... Já passou 1 ano, claro que se pensa sempre não é? Mas... o
3 tempo é que vai ajudar, não é? O tempo é que vai ajudar e (é o) tem me ajudado que eu já não
4 dormia... não conseguia fazer nada, e agora já sinto que tenho que fazer (alguma coisa),
5 porque não tenho ninguém, não é? Tenho que andar, pronto...

6 V: Mas, a D.^a M. já não sente aquela... aquela...

7 P: Aquela angústia que eu tinha. Não!

8 V: Aquela dor...

9 P: Pronto... vai passando, não é? Aquela angústia. Uma pessoa à noite... À noite sinto de facto!

10 **E: Então ainda não libertou tudo?**

11 P: Ah não, à noite sinto. Porque de dia tenho a televisão ligada vou às compras, vou lá fora, eu
12 tenho arranjado sempre centros de interesse para me... pronto. Mas, quando chega à noite a
13 maior parte das vezes já nem janto, nem me apetece sentar aqui à mesa a comer e... muitas
14 vezes pego na sopa e vou para ali para o sofá comer uma tigelinha de sopa.

15 V: Então no fundo...

16 P: À noite, a noite é complicado, a noite! O dia não.

17 **E: Então no fundo ainda sente... ali...**

18 P: Sim, sim por exemplo, quando chega a noite, quando o meu marido vinha as dez menos um
19 quarto que era a hora dele vir ali do café, parece que estou a sentir sempre a chave a meter-se
20 ali na porta, pronto. São mais as noites...

21 **E: Então ainda sente mais mas, mais à noite.**

22 P: Claro, claro.

23 **E: D.^a M., gostaria que me falasse um pouco acerca de si, da sua vida, das suas origens, da**
24 **sua infância...**

25 V: Trabalho...

26 P: Eu nasci em África, depois fui viver para o Porto. Vim de África, fui para o Porto, tirei o curso
27 na Escola Ministério Primário do Porto que por sinal era à beira da minha casa no Porto.
28 Casei... Vim para Paços de Ferreira trabalhar para a Seroa encontrei o meu marido, casei, fiquei
29 cá.

30 **E: Como é que foi esse vosso encontro, esse namoro?**

31 P: O meu marido era empregado na Pacense e... pronto! Começamos a namorar, depois casei...
32 vim morar *pra* [para], *pra* [para] Paços de Ferreira para aqui, não para esta casa, mas *pra*
33 [para] uma outra. Entretanto nasceu a minha filha... e foi uma vida a trabalhar. E pronto! E foi
34 isto, está tudo resumido. Toda a vida trabalhei, 43 anos com meninos (alunos).

35 **E: Como é que foi? Foi o seu primeiro namorado? Como é que foi?**

36 P: Ah, não. Não foi o meu primeiro namorado, o meu primeiro namorado tinha eu 15 anos
37 ainda era novita. Mas ele depois foi para África, foi para... a Guiné, de onde eu sou natural. E

depois quando veio já veio um bocado alucinado e as coisas acabaram. Depois eu *conheço* [conheci] o meu marido, e fiquei... gostei mesmo do meu marido, não é? Tinha que gostar dele (risos). E pronto, e foi uma vida que depois foi dedicada ao ensino. Casa escola, escola casa.

E: E ele era? Ele trabalhava na Pacense?

P: Trabalhava. Ele era motorista na Pacense... era.

E: E como é que era a vossa relação?

P: Foi boa. Claro que não... que não há relações boas, boas... há de tudo, há muitas chatices ao longo da vida, que ninguém vá pensar que vai para o casamento e não tem chatices! Há grandes chatices, não é? Mas uma pessoa também tem que dar a volta à situação não é? E pronto assim foi.

V: Sempre teve o apoio dos seus pais para estudar?

P: Ah... os meus pais eram separados, eu vivia com os meus avós e a minha mãe trabalhava fora do Porto, em Valongo, e vinha só ao fim de semana. Portanto, eu tinha os meus pais, eram separados, quando eu vim de África para cá já os meus pais já se tinham separado, lá foi por isso que eu vim. O meu pai era administrador na Guiné, tinha um alto posto lá na Guiné, mas bebia muito, juntava-se lá com os camaradas. E pronto, a minha mãe não pode aguentar e voltamos para cá, para o Porto, para a casa dos meus avós e lá fiquei eu a morar.

V: Não tem irmãos?

P: Não, não tenho irmãos, sou filha única.

E: Hum, hum.

P: Sou filha única, sou. Portanto a minha família nuclear... eu era muito limitada não é? Tinha tios, mas era os meus avós que estavam... estava era com os meus avós, foi com eles que eu vivi sempre.

E: Foram sempre eles que a apoiaram?

P: Sim! Sim! Sim! Sim, sim foram sempre eles. O meu pai depois veio também, veio da Guiné, veio para cá, mas depois como não se entendia com a minha mãe... foi uma vida esquisita! Foi uma vida esquisita! Mas pronto, eu lá consegui fazer o meu curso, com as minhas dificuldades no aspeto monetário, porque foi difícil, não é? A minha mãe dizia-me... porque a escola magistério do Porto tinha (que ter) umas notas muito altas de entrada, como agora há também, também naquela altura havia... e as... os... os candidatos que não entrassem no Porto iam para a escola do magistério de Aveiro. Portanto eu teria que me levantar quase de madrugada para ir no comboio... para Campanhã para ir para o comboio para ir para Aveiro.

E: Hum, hum.

P: E eu tinha 16 anos, e não é os 16 anos de agora, é os 16 anos de... há muitos anos. E a minha mãe disse-me: "Se fores para Aveiro não vais!" e eu disse... e eu queria ser professora. Sempre quis ser professora, sempre disse: "O que eu quero ser é professora". E acabei o 5º ano, foi... fiz logo, portanto a candidatura para a... para o magistério. E... fiz... portanto fiz os exames, e fiquei logo no Porto que era à *beira* [perto] da casa da minha mãe, dos meus avós.

E: Hum, hum.

P: Portanto a escola do magistério é ali na rua da Alegria e eu morava, numa rua paralela. Eu demorava 5 minutos a chegar à escola. Pronto, lá entrei... lá fiz o curso, saí com 14... na altura foi bom. Na altura foi bom, a nota máxima lá naquela altura foi 15. E eu... e eu não tive 15,

80 porque tinha um professor de psicologia que era... que era *pancado* [complicado] mesmo! E
81 então... e então deu-me uma nota mais baixa. E o que me estragou também um bocadito foi o
82 desenho, que eu não tenho jeito, não tive jeito, não tenho jeito para desenho. E portanto a
83 nota baixou para a média de 14. Pronto! Depois fui colocada aqui, concorri, *apanhei* [fui
84 colocada em] Seroa, foi a primeira escola.

85 **E: Hum, hum.**

86 P: Que naquela altura... era muito longe do Porto. Naquela altura era... havia uma *camioneta*
87 [autocarro] para cima e outra para baixo. Naquela altura era assim, não havia transportes.

88 **E: Era muito limitado...**

89 P: Pronto! Mas vim... vinha de manhã e à noite, às 5 horas (vinha) embora para o Porto. E assim
90 foi! Depois fiquei aqui, e fiquei... e aqui estou.

91 **E: Casou-se aqui?**

92 P: Casei em Penamaior, terra do meu marido. Casei em Penamaior e...

93 V: É uma freguesia de Paços.

94 P: É uma Freguesia, aqui relativamente perto. E os meus pais... os meus pais... a minha mãe
95 não queria que eu casa-se, porque havia uma... uma diferença muito grande de... de culturas,
96 mas nunca notámos isso, eu e o meu marido. Essas diferenças de cultura nunca as notamos
97 muito... E claro! Eu tive que abdicar, se eu quis casar eu tive que abdicar de certas coisas, não
98 é?! Pronto e a vida foi muito difícil.

99 **E: Tiveram que se ajustar um ao outro...**

100 P: Tivemos que nos ajustar, às vezes não haviam os tais ajustamentos e aí surgiam às vezes
101 alguns problemas. E ganhava-se muito mal... eu também ganhava mal, porque não tínhamos
102 nada, era a começar. O começo é terrível... mas é para tudo, ainda agora é terrível para toda a
103 gente, não é? Pronto! Depois lá fomos fazendo a nossa vida, ultimamente estava tudo muito
104 bem até ao momento que ele fica doente... e eu disse: "Olha agora que no fim estava...", eu já
105 estava reformada ele também já estava comigo, passávamos o tempo sempre juntos.

106 **E: Passeavam muito? Divertiam-se bastante?**

107 P: Ah... não. Nós não eramos pessoas de sair. Principalmente eu, eu não gosto muito de sair,
108 ainda há bocado disse: "Eu tenho que ir andar a pé, porque preciso de andar". Mas eu não
109 gostava muito de sair, mas ao sábado saíamos sempre ele dizia assim: "Vamos embora!
110 Vamos por aí a baixo" ao domingo ele não gostava muito de sair, dizia que havia muitos carros
111 na rua...e dizia muitas vezes: "Ui, tanta gente na estrada! Olha vamos no sábado". A maior
112 parte das vezes íamos a Braga, ao Sameiro, o meu marido ia lá à missa sempre. Eu não ia,
113 porque desde que a minha neta nasceu com problemas eu... a minha fé perdeu-se... e... mas
114 íamos lá, ele ia à missa etc. E passávamos assim, ele depois estava muito tempo em casa,
115 muito tempo. E ajudava-me, quer dizer... foi completamente diferente parece que... mas
116 depois a doença veio, e ao vir a doença acabou tudo.

117 **E: Como é que foi a doença dele?**

118 P: Canceroso. Teve um cancro no intestino, e... mas resolveu-se... O intestino resolveu-se. Logo
119 a seguir, com os tratamentos, penso eu agora que seria com a quimioterapia, radioterapia,
120 acelerou-lhe uma doença que ele tinha de um pulmão. Os metástases começaram-se a
121 distribuir pelo corpo todo, passaram ao fígado... e acabou aí. Cancro do pulmão. Portanto, ele
122 no fundo teve 2 cancros... o do intestino, depois o do pulmão foi o que o levou. Ele ainda... ele

123 durou muito tempo, ele era um pessoa forte, eu sempre lhe dizia: “Olha” e dizia-lhe muitas
124 vezes até por causa da minha filha, porque não havia... não há uma boa relação connosco eu e
125 ela... e mesmo ele com ela. Agora ela vem aqui, mas...

126 **E: Nunca, nunca ouve, já...**

127 P: Desde que ela casou.

128 **E: Hum, hum.**

129 P: Desde que ela casou, ela não está bem. Eu acho que ela que psicologicamente que não está
130 bem que esta afetada, só diz asneiras por aquela boca fora e eu tenho muita pena nisso por
131 causa da minha neta. E... e ele... já me perdi, agora já nem sei onde ia.

132 **E: Estava a dizer que... que a relação.**

133 P: Ah! Mas tinha a ver com ele.

134 **E: Sim.**

135 P: Pronto já me fiquei pelo caminho (risos). E agente fica pelo caminho, mas principalmente
136 eu, agora fico muitas vezes a meio. Eu estou muito cansada da minha cabeça, porque claro
137 esta vida, desde daquele ano todo que andei a correr dele para o IPO, não é? Ah eu dizia
138 muitas vezes ao meu marido... ah era aí que eu estava.

139 **E: Sim (risos).**

140 P: Eu dizia muitas vezes ao meu marido: “Olha tens que aprender a mexer com a máquina da
141 loiça e da roupa” porque ele não fazia nada disso, e... “Tens que aprender porque olha eu vou
142 à tua frente, ando sempre a correr, ando sempre a correr para o médico. E de repente pode-
143 me dar alguma (coisa), com os problemas que há aqui em casa por causa da tua filha... e tal,
144 depois ela fica contigo, e sabes como ela é... ela só quer dinheiro! tu tens que... sou eu que vou
145 a tua frente”, dizia-lhe eu. Porque eu nunca pensei que o meu marido morresse. Que fosse à
146 minha frente, porque ele era forte, ele era uma pessoa... não o conheceu pois não?

147 V: Conheci. Quando eu estive cá mostrou-me uma fotografia dele, e eu lembrei-me logo
148 daquele senhor.

149 P: Ele andava... andava sempre na rua, o meu marido, andava. Era forte, era uma pessoa forte.
150 Depois a cabeça dele não trabalhou tanto como a minha, percebe? Porque depois eu tive que
151 dar aulas, e vir para casa e fazer comer. Quer dizer, eu é que levei uma vida mais de escrava e
152 portanto, eu estava sempre... estava e estou! Volta (e) meia volta lá ando eu para o médico, a
153 correr! E porque tenho isto, tenho aquilo e tenho ‘acolotro’. E eu estava sempre a alertá-lo,
154 sempre a alertá-lo (a dizer): olha que sou eu que vou à frente!”. Quando eu vi que era ele que
155 ia na frente... digo... quando eu entrei no IPO... pronto! Estava sentença de morte marcada
156 porque eu não acreditei no IPO. Tanto é que eu digo muitas vezes: “Eu não quero ir para o
157 IPO!, se me de me der alguma coisa mandem-me para o hospital seja lá para onde for. Que eu
158 vi muita coisa lá (no IPO) que não quis ver, aquilo é horrível entrar dentro daquela casa”.

159 **E: Mas viu muita coisa em relação ao seu marido?**

160 P: Ao meu marido, e às pessoas que estavam ao lado, percebe? Àqueles que... àqueles pessoas
161 que estavam sentadas naquelas... naquelas cadeiras, a receber quimioterapia *tatatata* [?]
162 aquilo é complicado... Ver aquilo... é preciso ter uma força interior terrível.

163 **E: É.**

164 P: E eu consegui tê-la sozinha, porque eu estava sozinha. Eu e o meu marido estávamos
165 sozinhos, depois por fim é que o meu sobrinho ia lá levar a baixo (ao Porto), porque o meu
166 marido já não conseguia levar o carro. Porque ele levou sempre o carro, mesmo para a
167 quimioterapia. Ele aguentou sempre, eu não guio. Agora vou ver se tiro umas lições para pegar
168 no carro. Está o carro lá parado na garagem, e eu vou ver se faço isso. Mas... foi terrível, eu...
169 aquele plano, foi terrível. Quer dizer, se me perguntam assim: “Há daqui a um ano e tal... como
170 é que vai ser a sua vida?” eu pior vida que a que tive, não tive, não tenho! Só pode ser pior se
171 eu ficar numa cama doente. E aí, é que é pior! Porque estou sozinha. Agora... pior (vida) que
172 eu passei, não há! Eu a vê-lo ali naquele sofá, e a dizer : “O que é que queres comer? o que é
173 que queres?” - “ Ah olha apetecia-me presunto” lá ia eu comprar o presunto, chegava a casa (e
174 ele dizia): “Olha não tem sabor nenhum” e ele a não comer. O líquido, a ganhar líquido, e eu
175 ter que se lhe tirar o líquido, e eu ter que chamar o INEM de repente para ir tirar (o) líquido,
176 ligava para Penafiel, ou para o Porto, ou para onde fosse... situações dessas...

177 V: Foi uma saturação muito grande...

178 P: Muito grande foi um ano!

179 **E: Que desgaste!**

180 P: Um ano... um ano... um ano. Agora no fim foi pior, a partir de outubro. De outubro até
181 março ele morreu no dia 21 de março, no dia em que fazíamos 43 anos de casados, morreu
182 nesse dia... para marcar. Foi terrível, foi terrível. Eu penso que... só se eu estiver numa cama se
183 não... não passo mais.

184 **E: E ele faleceu em casa?**

185 P: Não, no IPO. Já estava nos paliativos. Uma semana antes chamaram por mim disseram-me:
186 “O que é que a senhora quer? Quer levar o marido para casa? Ele ficava bem nos paliativos”. E
187 eu disse logo: “ Eu quero onde o meu marido estiver melhor, onde não tenha dores. Porque
188 por fim era dores, tinha que se lhas tirar, eu em casa não as tirava, mesmo com a morfina,
189 porque ele já estava a morfina.

190 V: Claro.

191 P: Mas lá metem logo na veia e entra a morfina logo direta, a dor passa. E eu em casa não
192 tinha isso.

193 **E: Pois.**

194 P: Pronto e então eu disse: “Vá para os paliativos, para a liga portuguesa contra o cancro”. Foi
195 numa sexta à noite, morreu na quinta. Morreu na quinta... é assim! É isto!

196 **E: Eu ia perguntar à D.^a M., quando soube a notícia...**

197 P: Eu estava lá...

198 **E: Ah estava lá naquele momento?**

199 P: Eu estive lá sempre. Eu só vinha à noite para casa.

200 V: E teve o apoio, da sua... da sua família?

201 P: A minha filha... telefonei, porque elas disseram-me (do hospital), lá em baixo disseram-me: “
202 Olhe a sua filha tem que... tem filhos? “ – (respondei): “Sim, tenho uma” diz ela: “Olhe então
203 telefone e diga-lhe que venha para baixo” e eu digo assim “Ela está a dar formação neste
204 momento” porque eu sabia que ela estava a dar formação. E diz ela (senhora do hospital): “
205 Telefone-lhe então à hora de almoço. Mas ela é capaz de não vir a tempo, é capaz de não vir a

tempo para...” quando elas me disseram aquilo... pronto! Estava para aquele dia, liguei para cima, pedi ao meu sobrinho e disse-lhe: “Olha vai buscar a tua prima e *vinde* [venham] para baixo os dois, para ela não vir no carro, e diz-lhe que o pai... que... está muito mal”, não disse mais nada. Pronto, logo apareceram... e ele morreu às quatro e meia, no dia 21 de março. Estava lá, não consegui vê-lo morrer, vim para o corredor, eu andava no corredor de um lado e para o outro. Não consegui vê-lo morrer, ele esteve com... com o meu afilhado, com o meu sobrinho e a minha filha também estava lá dentro com ele, mas eu não quis vê-lo morrer.

E: Ele nos últimos dias de vida, ainda estava consciente?

P: Quando ele foi... quando ele foi para os paliativos já não estava. Nos paliativos já não estava. Foi só enquanto esteve em cima, nos cuidados normais, estava e falava comigo... e às vezes dizia-me assim: “Olha vais ficar sozinha, vais ficar sozinha” - “Olha, oh pá tá calado, não digas isso, não digas isso” eu já sabia que... isso que ia acontecer. Eu a partir do dia 1 de março, via as coisas cada vez pior, cada dia era pior que o outro. Mas aliás eu nunca, eu nunca pensei que... quando o meu marido entrou no IPO eu disse: “Pronto, é o fim”. Tanto um ano antes quase eu dizia que era o fim, mas claro há sempre uma esperança, mas quando o vi que... o que se estava a passar. Então a partir de um de março quando o vi...

E: Um de março já foi quando ele foi para os paliativos?

P: Ele foi para os paliativos a 14 de março, morreu a 20. Foi a 14, e morreu a 20.

E: Então esses últimos dias...

P: Foram complicados, eu chegava lá cada dia era pior que o outro. Ele já nem queria, já nem queria... às vezes dizia-me: “Vai para a salinha, vai para a salinha” já nem queria estar... Estava numa situação, estava mais para lá que para cá... pronto, olha é isto! E é preciso dar a volta.

E: Sim e é um bocadinho, agora isso que eu lhe vou perguntar. Como é que após a perda do seu marido... como é que a D.^a M. se sentiu? O que é que acha que mudou na sua vida?

P: Olhe, mudou tudo, mudou tudo. Ele estava aqui comigo, passei a estar sozinha, não é?! Costumávamos, como disse, sair, íamos sair... nunca mais saímos. À noite... sinto muita falta dele à noite, à noite... a noite nunca mais terminava... agora está diferente. Andei a tomar comprimidos e tal... para dormir.

V: Já não?

P: É uma vez ou outra, há dias que estou pior. Uma vez ou outra... mas raramente. Por acaso esta noite tomei para poder dormir.

V: Então... pode-nos dizer o nome do medicamento?

P: Ah... Atarax.

V: É conhecido.

P: É o Atarax. Porque dá... porque dá para dormir, para descansar, o Doutor, deu-me outro... mas eu não me dou muito bem com ele.

E: E porque que a D.^a M. sente... sente essa falta mais à noite?

P: Porque... sabe porque... não há movimento.

V: Pela escuridão.

P: Vai-se à janela não se vê ninguém, de dia vê-se muito movimento, principalmente aqui percebe?! E eu tenho a televisão... eu mal me levanto, é a primeira coisa que faço é ligar a

247 televisão para quê? Às vezes até me chateia, ter a televisão ligada. Mas ligo para sentir que
248 está gente em casa.

249 **E: Para se sentir acompanhada.**

250 P: Tenho a televisão sempre ligada. Cheguei da rua, viu-a ligada? Tinha chegado há minutos,
251 liguei a televisão. Pronto, depois às vezes estou aqui de manhã e digo assim: “Oh... e ter que
252 ouvir a J. P (apresentadora de televisão), não sei quê... o barulho que ela faz... ui”. Uma vez
253 tiro o som, outras vezes a imagem... mas normalmente está ligada que é para não me sentir
254 sozinha. Às vezes chega 7 horas olha vou-me deitar, tô [estou] com frio... eu não gosto, nunca
255 gostei de estar aqui nesta cozinha porque é muito fria aqui atrás e... e... (risos) então olhe, o
256 que é que eu faço? Como a minha sopa às vezes ali sentada vejo um bocado do (programa do)
257 F. M. e digo: “Opa! Já estou *cheia* [farta] de estar aqui na cozinha!”, lá vou eu para o quarto,
258 um saco de água quente aí vou eu. Saco de água quente, a garrafa *da* [de] água e vou para o
259 quarto às vezes às 7h e tal, depois vejo o (programa do) F. M. vejo a televisão... o telejornal e
260 vejo a novela da sic, e pronto!

261 V: Não costuma rezar?

262 P: Como eu disse perdi um pouco a minha fé, com o nascimento da minha neta.

263 **E: Pois.**

264 V: E isso fez com que...

265 **E: Depois da morte do seu marido, costuma ir ao cemitério? Costuma ir na mesma à missa?**

266 P: Vou só ao cemitério agora, neste momento... Fui às missas... havia uma missa por mês e
267 agora acabaram. Fez um ano, acabou. E foi a missa de aniversário no dia 20, no mesmo dia. Eu
268 ia... eu lembro-me que sai para fora e disse assim: “ Finalmente eu vou deixar de vir cá a cima à
269 missa”. Francamente foi, que eu perdi a minha fé, completamente! Eu não acredito em muitas
270 coisas da igreja.

271 **E: Hum, hum.**

272 P: Tenho que dizer aquilo que é. Não acredito na vida para além da morte por exemplo, eu
273 acho que a vida que acabou, acabou tudo. E... mas isso pensei sempre.

274 **E: Mesmo antes de ter acontecido?**

275 P: Sim, sim, sim, sim. E com o nascimento da minha neta, eu disse: “Oh meu Deus! Porquê
276 eu?” acontecer isso...

277 **E: Mas ela tem... um problema?**

278 P: Nasceu com paralisia cerebral. Tem dificuldade em andar, anda com (uma) canadiana, agora
279 foi operada para aí há três anos. Ainda não tirou a canadiana... mas... ela vai fazendo as
280 coisinhas dela, mas é triste. Tenho uma única filha, uma única neta! E uma filha que não está
281 bem da cabeça, que se separa do marido, que deixa ficar a casa dela, que... se mete com um
282 individuo na internet, com um trolha! A minha filha é advogada. Meteu-se com um trolha na
283 internet, e pronto! E a minha neta anda nesta vida.

284 **E: Confusa.**

285 P: Com a filha, com a mãe que só ‘bate mal’ da cabeça, só diz asneiras. Ainda hoje me disse...

286 V: Elas costumam vir aqui?

P: Almoçar, almoçar. Enquanto eu vou podendo aturar a ela. Porque há alturas que eu não posso mais e digo: “Olha vai à tua vida! Não venhas cá mais! Não me chateies”. Porque ela, ela, ela... só quer dinheiro. De mim, só quer dinheiro! Que ela diz que não tem nenhum vínculo afetivo comigo. Veja bem, uma filha única, que nunca lhe faltou nada, que fizemos-lhe... demos-lhe dinheiro para uma casa lá em cima na Cavada, à beira da [impercetível], conhece não conhece? Ela desfez tudo! Ela desfez a vida dela, pagamos-lhe o escritório... preparamos-lhe um escritório, que era aqui nos [impercetível]. Ainda está o nome dela, para lá! Demos-lhe tudo! Demos-lhe um curso superior em Coimbra que... nem tanto, tão barato ficou... Ela só quer maluqueiras... percebe? As camaradas com quem ela andou... agora dá-me ideia que não anda, mas já não sei... também não são grande coisa, mas ela também não é! Ela é filha, mas eu tenho que dizer aquilo que é. E aliás é culpa da separação é dela. Ela mete-se com um indivíduo há... 2 anos, antes de eu saber, quando eu soube ela já andava há 2 anos com esse indivíduo e o meu genro a aguentar aquilo. Portanto a culpa é dela de facto, não é? Mas ela não tem juízo nenhum. Qualquer coisa, depois começa a levantar a voz aqui dentro de casa, e eu disse: “Eu não admito faltas de respeito. Atenção, não admito”.

E: Quando o seu marido estava presente ela era mesmo assim?

P: Ah! Sim, sim. E como meu marido foi uma agressividade terrível... então o meu marido fazia *anos* e... e no dia do pai, essas coisas. Ele ficava sempre a ver televisão, e vinha às dez menos um quarto dali do café, depois ficava aqui... via na altura o jornal de hoje que dava às 10h e ele ia lá dentro ter comigo e dizia-me assim: “Olha vou ver, vou ver as notícias e depois venho para a cama, ta bem? Entretanto, ficava... ficava sempre ali no sofá a ver a televisão e tal, e quando era esses dias eu dizia-lhe assim... eu não falava com ela, mas mandava-lhe uma mensagem para o telemóvel e dizia-lhe: “O teu pai está a espera que tu lhe telefones para lhe dar os parabéns, ou para falares com ele”, e ela nada. E ele era assim: “Vou ficar aqui, porque ela de certeza que me vai telefonar a dar os parabéns”, eu dizia: “Oh mor anda para a cama, deixa lá isso, que interessa os parabéns?”. Depois era uma decepção maior para ele, porque ela não telefonava. E eu depois mandava-lhe outra mensagem a pedir (e a dizer): “Telefona para o teu pai! Telefona para o teu pai!”. Ela fez-nos coisas, do ‘arco da velha’, percebe? Ela fez ao pai e a mim também, só que eu sou mais dura que o meu marido. Ela um dia à noite chegou aqui... eh... ainda o meu marido não estava doente, portanto já foi para aí há uns... uns 3 anos, mais ou menos... Estava eu ali sentada, eram dez e tal da noite, que eu até nem costumava estar acordada a essa hora da noite, mas nesse dia estava. Tocam à campainha e eu disse: “Quem é?” - “Sou eu”, (e eu perguntei): “Eu quem?”. Não estava à espera dela, porque ela já não vinha aqui a casa à muito tempo, “Eu quem?” “Sou eu. Então não abres a porta? Sou eu” (disse a filha). Lá me entrou aqui pela porta dentro, eu sentei-me, ela chegou aqui a esta coluna virou-se para nós e foi assim: “Venho aqui buscar o cunham da minha herança”. E o meu marido calado porque ele já... eu gostava dela, mas o meu marido era uma ‘toleira’, porque era a sua menina não é? E eu levantei-me do sofá e disse, só disse assim: “Olha lá! Por acaso alguém morreu aqui em casa? Para tu vires buscar a herança” - “Quê? Eu vim buscar porque eu preciso de dinheiro e venho buscar”. E eu digo assim: “Mas aqui não morreu ninguém. Olha de onde vieste volta a ir embora, não me chateies”, saiu daqui, ‘fez um pé de vento’. Enervou-o, depois ele aí também levantou a voz. Também, percebe? Mas foi complicado, ela fez-nos coisas... fez-nos e continua, a mim...

E: Mas ela agora, agora ainda continua a fazer?

P: Ah sim, sim. Há bocado disse-me assim: “Só venho aqui, para... para te falar do IRS e... e das contas para pagar”, e eu disse assim: “Olha, já chegou outra conta!”. Porque infelizmente, as contas estão sempre a chegar é... olhe, hoje chegou o IMI, ontem chegou o seguro, contas para pagar. E eu disse: “Já chegou isto para pagar”, e diz ela assim: “Só se fala em contas neta casa”

335 não sei quê... mas na casa dela é um problema, ainda hoje lhe disse: “Como é ainda não há
336 água quente em casa?”. Às vezes não há água, as vezes não há luz... que ela deixa cortar a luz,
337 e a minha neta está nisto...

338 **E: E ela não está a trabalhar?**

339 P: Está. Agora está na Remax, ali. Agora está ali na Remax. Agora está na Remax... e eu ainda
340 hoje, ainda hoje lhe disse... (Ela disse): “Ah eu ia hoje por publicidade, não sei quê” e eu digo
341 assim: “Ah! Tu tens um curso superior para agora andar a por publicidade nos carros? Está
342 bem, está bem. Foi para isso que eu andei a trabalhar? Para tu andares a pôr publicidade... ela
343 saiu logo daqui, foi logo para a sala. Virou-me logo as costas. Ela só veio aqui para vir comer,
344 não foi para mais nada, porque claro ela não faz.

345 **E: Que idade é que ela tem?**

346 P: Quarenta... Olha ela nasceu em 71, quarenta e... 72... 71 casei eu, tem 43 (anos).

347 **E: Ah.**

348 P: Pronto e a minha filha, e a minha neta anda nisto, percebe? *Mete-a* [Poem-na] no ATL e
349 deixa-a estar para lá até à noite... ou vai para a escola. E eu quero fazer muito pela neta, às
350 vezes não me deixam fazer.

351 **E: Pois.**

352 P: Porque às vezes umas explicações e tudo, acabei por desistir das explicações, ela começou
353 aos berros, para aí, a discutir. Oh... olha enfim, é um inferno!

354 **E: Queria um bocado fazer...**

355 P: Queria tentar proteger a minha neta. Queria proteger a minha neta! Porque o pai também...
356 ele gosta da miúda, porque gosta, mas ele também não teve principio, não teve... percebe? O
357 princípio dele coitado... anda para aí também. Graças a Deus não lhe falta nada, pelo menos há
358 vista. Não sei se falta, se não falta, mas... é assim uma coisa esquisita.

359 **E: E... a nível de amigos? E a sua profissão... amizades...**

360 P: Eu... eu não tenho muitos amigos, porque a minha vida foi casa escola, escola casa. E a
361 minha família... percebe? Eu ia trabalhar e vinha. E às vezes na escola ainda me perguntavam:
362 “Porquê que vais almoçar a casa? Podes almoçar aqui connosco” e eu dizia: “ Não. Tenho que
363 ir almoçar a casa, porque tenho gente para almoçar”. Sempre me sacrifiquei pelos dois, não
364 era só por um. E então vinha sempre a casa, fazer o almoço e depois vinha outra vez para a
365 escola. E portanto, eu tenho aquelas colegas, já mais velhas que me telefonam, por exemplo,
366 está uma em Matozinhos, está outra aqui outra acolá e está sempre o telefone a tocar, a partir
367 das 6 (horas) começa o telefone a tocar. Pronto, mas amizades eu aqui não fiz muitas
368 amizades, percebe? São vizinhos eu gosto deles, que me consideram, eu noto que me
369 consideram bastante. Mas dizer que tenho assim, grandes amizades não tenho, e família
370 também praticamente não tenho. Porque era filha única, a minha mãe morreu e... os meus
371 tios... tenho dois tios velhos! É o que eu digo, tenho uma tia de 88 (anos) e um tio de 81 (anos),
372 no Porto.

373 **E: E não tem mais nenhum?**

374 P: Não tenho mais ninguém!

375 **E: E família da parte...**

376 V: E vizinhos?

377 P: Vizinhos, aqui todos se dão bem comigo, eu noto mesmo percebe? Por exemplo aqui agora,
378 há assim bastante movimentação, porque eles alugam as casas e vem um e vem outro, e vem
379 um e vem outro, pronto. Mas os vizinhos que são donos das casas e tal e qualquer coisa. Não,
380 não tenho razão de queixa, aqui as meninas da sapataria, estão sempre...

381 **E: E a família por parte do seu marido?**

382 P: Do meu marido... eles não eram muito chegados, os irmãos entre eles... tirando aqueles lá
383 de cima que tem a Toyota, conhece não conhece (pergunta à vizinha)?

384 V: Sim.

385 P: O filho dele...

386 V: O do L. não é?

387 P: O do L., ele era irmão do meu marido, o pai deles. O mais novo é meu afilhado, mesmo.
388 Sobrinho e afilhado, da parte do meu marido. E o mais velho coitado, foi o último que andou
389 com o meu marido e comigo ao IPO, o A. M., tá [está] casado com a S. do R.

390 V: Ah sim, sim!

391 P: Esse é que andava sempre comigo, quando era qualquer coisa que chamavam por nós, lá
392 íamos os dois, ele ainda era pior do que eu. E eu dizia assim: "Dás-me uma força A. M.
393 (sobrinho)! começa logo a chorar!". Oh 'pah'! A gente a ouvir estas coisas dos Doutores, e ele
394 dizia assim: "Ah e podia ter acontecido ao meu tio, *tatata*". Coitado. Pronto e é a família que
395 há! Não há mais nada, e é a família diretamente que eu tenho para mim. A única... E a minha
396 filha a mesma coisa, que é isso que eu lhe digo a ela, que ela não tem ninguém, podia-se ao
397 menos chegar para a mãe...

398 **E: Sim, e dar força uma há outra.**

399 P: É! Mas não.

400 **E: Ser um pilar.**

401 P: Não é possível, não é possível... não é possível.

402 **E: E a nível da sua profissão? Continua a manter...**

403 P: Tenho as colegas, todas me telefonam, como disse. São as que trabalharam comigo, já há
404 muitos anos e assim, e até fico admirada, está uma num lado, outra no outro, (e) telefonam.
405 Até fico admirada. Mas eu sou muito caseira, eu para sair à rua é uma chatice, mas hoje digo
406 assim: "Não!", hoje fui lá a baixo ao... fui ao cemitério acender uma vela, depois vim pelo Pingo
407 Doce e agora vim para casa. E às vezes digo assim: "Olha não me apetece nada sair". Tenho
408 que ir buscar pão por causa da minha neta, para levar para o ATL... ah... às vezes saiu por causa
409 de ir buscar o pão para ela. Ou um croissant ou...

410 **E: Ainda é uma forma de sair de casa? Se não aí...**

411 P: É, não me apetece muito sair, porque eu não gosto muito de sair. Aliás o homenzito da ADS
412 quando vem contar a água é assim: "Oh minha senhora, eu toco sempre para a campainha da
413 senhora, porque sei que a senhora está sempre em casa". O correio também me diz o mesmo:
414 "Olhe está aqui uma encomenda", eu toco para a senhora porque *ta* [está] sempre...

415 **E: (Risos).**

416 P: E eu digo (ao carteiro): "Olhe, não pense isso! Porque pode acontecer eu não estar mesmo",
417 mas estou quase sempre, estou por aqui.

418 **E: E a nível da sua saúde D.^a M. como é que...**

419 P: Sou diabética.

420 **E: Mas houve alguma alteração na sua saúde após a morte do seu marido?**

421 P: Eh, mantem-se a mesma coisa, os problemas que tinha vão-se mantendo, não é? Às vezes
422 ando mais enervada, não é? Os nervos... tenho alturas que estou pior. Mas eu também não
423 posso andar a viver.... Com medicação sempre, sempre com medicação. Eu tenho que arranjar
424 solução de dar uma volta à minha vida, para andar para a frente, porque a vida continua.

425 **E: Hum, hum. Arranjar estratégias.**

426 P: Eu por exemplo quando ele morreu, passado... precisava de ter feito, fazer umas obras em
427 casa, e comecei a fazer. Foi a maneira melhor, que eu... que eu pude fazer. Precisava de mudar
428 o papel de casa, e isto e aquilo, até agora, da parte lá dos quartos e da sala. Foi alterar tudo, foi
429 arrebitar uma casa de banho que estava a deitar água e o tijoleiro disse: "Ai! Não é só mudar
430 as loiças! Olhe a água aqui a cair lá em baixo!". Portanto foi tudo rebentado, percebe? e... e
431 meter [colocar] portas nova na sala, e tal, portanto isso também me deu um bocado...

432 **E: Novos ares, aqui à casa.**

433 P: Novos ares, percebe? Também foi, também foi uma coisa que eu fiz para dar uma sensação
434 da vida que não era, mas que tinha que ser.

435 **E: Hum, hum. Um fresco.**

436 P: E pronto e teve que ser assim, e foi a maneira de dar a volta à situação.

437 **E: D.^a M. o que é que faz ou fez para superar essa dor, esse sentimento de perda?**

438 P: Tive que, andar para a frente, era levantar-me de manhã. Ainda agora faço isso, às vezes, e
439 digo assim: "Ai meu deus!". Não dormi nada de noite às vezes, tenho noites que... durmo mal,
440 não é? Agora durmo melhor, porque eu havia noite que... ficava sentada no sofá na sala,
441 porque não dormia e não podia estar na cama. E agora não, agora já... durmo 5 horas, às vezes
442 meia-noite, quatro e meia, cinco horas acordo. Às vezes, outros dias, o caso de hoje tomei a
443 pastilha acordei às sete. Pronto! Quando vejo que estou assim um pouquinho mais excitada
444 tomo.

445 **E: Hum, hum.**

446 P: E levanto-me de manhã ponho os pés no chão e digo: "Vamos lá, que é preciso andar!".

447 **E: E de onde é que vem essa força?**

448 P: Ah não sei! Eu fui sempre uma pessoa assim, percebe?

449 **E: Hum, hum.**

450 P: Porque eu tive que viver sozinha, no fundo. Repare, que eu não... eu não tenho família
451 praticamente... eh, fui para a escola Magistério (e) tive que me desenrascar. E tive que vir
452 trabalhar para Paços de Ferreira, e... meter-me na *camioneta* [autocarro] e venho eu com a
453 lancheira, para almoçar aqui.

454 **E: Hum, hum.**

455 P: E a vida foi difícil... não havia dinheiro antigamente, e portanto a força veio-o daí. Veio-me
456 daí de trás... e depois pensar... A minha filha foi operada várias vezes também... eh... é com
457 estes percursos muito maus ao longo da vida, percebe? E então eu disse: "Não, eu tenho que
458 andar", porque o meu marido era... o meu marido era... por isso é que eu dizia que ia morrer

primeiro que ele, porque ele era muito calmo, não se preocupava com nada. E eu dizia assim: “Ai agora temos essa conta para pagar” e ele dizia: “Ah! Tem calma, isso tem tempo”, dizia-me ele, e eu dizia: “Isso não tem tempo não, temos que fazer isto”. E às vezes ele dizia-me assim “Ah! Tu... como é que conseguiste este mês guardar esse dinheiro?” por exemplo, preferia guardar. Que eu todos os meses guardava aquele dinheiro, eu dizia: “Isto é para uma doença, nem o quero ver”. Portanto, eu tive que andar pelo meu pé percebe?

E: A gerir as coisas.

P: A gerir... eu tive que gerir. Ao longo desta vida toda, tive que ser eu a gerir, mais no fim da vida ainda, não é?

E: Hum, hum.

P: Ainda mais no fim da vida... e ... e veio-me essa força não sei de onde. Eu sei que penso... eu tenho que andar, “eu não posso estar doente” digo eu. Quando os médicos me dizem assim: “Olhe, a senhora não pode fazer isso! Olhe os seus diabetes” - “Oh! Doutor! Calma, calma, calma, calma! Nós já lá vamos” tenho que andar, tem, tem... tem que ser, tem que ser!

E: E será que também é um bocadinho... essa força será que também é um bocadinho pela sua neta? Será que vai passando essa dor...

P: Eu pela minha neta já não tenho muitas expectativas, para ser franca. Porque se eu visse que... ah... que tinha pela parte do pai e da mãe, que me darem a possibilidade. Porque muitas vezes eu disse: “Eu preferia que me...”, porque a minha neta até aos 10 anos, estava praticamente sempre por aqui, de manhã e à noite. Eh... agora não está. Porque eles não querem que se saiba, nem o pai nem ela, eh... não querem que se saiba determinadas coisas, então para a menina não falar eles põe-na na outra avó e não sei quê. Quer dizer eu é que a criei e que andei com ela para a acupunctura, eu e o mau marido, fomos os criados daquela neta. E... e portanto eu agora não tenho muitas expectativas, a miúda vem para almoçar... praticamente, e eu estou pouco tempo com ela. Mas penso que a minha vida tem que andar para a frente, percebe?

E: Sim.

P: É isso que eu penso, eu em relação há minha filha também não tenho expectativas. Porque eu acho que aquilo, também nunca mais se resolve, as loucuras delas nunca mais se resolvem. Agora talvez esteja um pouquinho melhor e tal... mas não sei. Mas... eu tenho que pensar em mim.

E: Que tipo de estratégia é que utiliza no seu dia-a-dia?

P: Olhe, nenhuma... aquilo que me apetece às vezes fazer. Olhe, como hoje, acabei de almoçar apeteceu-me, imagine que nunca gosto de sair, como lhe disse. Fui lá a baixo ao cemitério. Pronto, às vezes estou aqui assim, estou chateada. Vou lanchar ali à confeitaria.

E: Tenta arranjar sempre alguma coisa para...

P: Exato. Exato. Olhe, andei ali a pôr... plantas, sardinheiras. Andei ali, não sei quantos dias, a pôr plantas, a carregar terra, para pôr ali. Porque não tenho terra, não é? Aquilo é um terraço, pôr coisa e não sei quê, para me distrair. Tenho que arranjar... agora para a semana, vou ao Porto. Vou ao Porto! Tenho um casaco que tem uma mola estragada, um quispo, só lá é que se arranja, aqui não se arranja, vou ao Porto. Sabe o que eu faço quando vou ao Porto? Às vezes, gosto muito do Porto. O Porto era a minha cidade no fundo. Comprei pré comprados, comprei um andante, para andar no... Tenho 2 andantes, um era de quando o meu marido era vivo, deram um para ele e um para mim. Quando fomos uma vez andar no metro. Agora tenho um

503 andante para as viagens de autocarro... carreguei-o lá no metro. E por exemplo, quero ir ao
504 cemitério à campa da minha mãe, lá em baixo perto de Campanhã, ainda é longe. E às vezes
505 meto-me no metro, vou até ao Senhor de Matozinhos, vou e venho. Vou e venho, saio... saio
506 quando vier, o próximo que vier já *venho* [volto], que é para apanhar o 1 euro e meio. Só pago
507 um euro e meio para ir e vir.

508 V: É pouco assim.

509 **E: Pois.**

510 P: É, é. E às vezes venho, porque aquela linha do metro vai dar até ao Dragão depois, então
511 saiu ali na... à beira da Drene, no Santa Isabel, onde era o liceu, era e é. O liceu Santa Isabel é à
512 beira de Campanhã. Saiu ali para ir ao cemitério, tenho que andar um bocadinho para trás,
513 ah... estação do metro é ali. E faço isso, olhe, como não tenho ninguém faço isso. Outras vezes
514 vou ver montras...

515 **E: Sim.**

516 P: Outras vezes tenho compras para fazer, ou assim. Procuro dar assim uma refrescadela...

517 **E: À sua vida.**

518 P: Percebe?

519 **E: Para ver se encontra um ânimo.**

520 P: Exato, exato. É isso que eu faço.

521 **E: E ir a sítios que... realmente lhe... Gosta e lhe tragam boas recordações, não é?**

522 P: Eh... pronto já não é como eram, não é? Mas pronto, vou de manhã, (e penso) assim:
523 "Tenho que ir almoçar a qualquer lado". Começo a ver sítios onde... e conheço muito mal,
524 relativamente a restaurantes, porque nos nunca comíamos fora, eu e o meu marido. Mas
525 agora já descobri, que perto do cemitério tem lá um restaurantezinho assim muito... uma
526 coisinha em condições. Agora sou viúva, não me vou meter assim em qualquer sítio, não é?
527 Pronto, vou lá almoço, lá. É sempre meia dose de comida, já lá fica metade. Mas vou almoço,
528 depois vou à campa da minha mãe, pôr umas flores. Agora vou ver se vou lá também lá pela
529 Páscoa. E depois venho para a baixa, às vezes venho a pé para ver as montras...

530 **E: Era isso que lhe ia perguntar, e como é que costuma passar estas festas? Como é que vai**
531 **ser por exemplo a sua Páscoa?**

532 P: A minha páscoa vai ser aqui, em princípio. Não sei, eu já ouvi dizer que a minha neta ia para
533 Lisboa, ela é minha neta e afilhada, além do mais.

534 **E: Hum, hum.**

535 P: E ela... hoje disse: "Não sei quê o meu pai, vamos para... para Lisboa ao jardim zoológico". E
536 eu disse-lhe assim: "O teu pai não arranjou dia melhor para ir ver o jardim zoológico."

537 **E: (Risos).**

538 P: E diz ela... diz... ah... minha filha: "Ah! não vais não vais! Não vais! Passas a Pascoa comigo!"
539 não sei quê, não sei que mais. E se for assim, vêm aqui a casa almoçar, e depois abrimos a
540 porta (ao compasso). O ano passado não abrimos a porta ao compasso, porque... tinha sido há
541 pouco tempo, este ano estou com ideias de abrir. Lá esta, eu não acredito em determinadas
542 coisas, mas há situações... eu acho que houve alguém que... criou isto tudo, criou este mundo
543 percebe? E... mas não tenho aquela fé, e o acreditar que há vida para além da morte, e que...
544 não sei, este ritual de ir à missa todos os domingos também não me diz muito. Eu acho que

545 devo de ir à missa quando eu quero ir, e quando me apetece. Eu por exemplo, vou ao Porto, e
546 vou à igreja da Trindade sempre, porque a camioneta para ali no metro. E não há, não há... dia
547 nenhum que eu vá ao Porto e que não vá à igreja da Trindade, sempre! Vou lá sempre pôr...
548 agora mete-se lá uma moeda e acendem as velas.

549 **E: As velinhas...**

550 P: Ali na... Nossa Senhora de Fátima e... E pronto! Eu tenho estes rituais, percebe? Ah coisas
551 que não concordo, e que me interrogo a mim mesma, e que acho que não acredito. Nem na
552 história da vida para além da morte, essa... às vezes até julgo que... não acredito, não acredito
553 pronto! De maneira que, a Páscoa é assim, vai ser assim, em princípio vêm cá. Se é que vêm...
554 pelo menos ela vem, a miúda não sei se vai para Lisboa, se não vai. Pronto, e... vamos estar
555 aqui.

556 **E: Que tipos de apoios físicos, ou humanos que recebeu após a morte de...**

557 P: nenhuns.

558 **E: Nem da sua filha?**

559 P: Não, não. Na noite em que o meu marido... morreu. Ela dormiu ai, dormiu ai, diz que ia
560 dormir no quarto dela, não sei quê. Mas eu digo-lhe a verdade, eu preferia estar sozinha, eu
561 queria chorar à minha vontade...

562 **E: Pois.**

563 P: Não.

564 **E: E mesmo depois, após dias...**

565 P: Não, não.

566 **E: E daquele sobrinho, não é?!**

567 P: O meu sobrinho coitado, estou sempre a chateá-lo por causa do carro, porque é preciso
568 tirar o carro da garagem. Porque se não ele está ali e tal... agora vou ver se... é outra etapa, vou
569 ver se dou umas lições.

570 **E: Se tira a carta de condução?**

571 P: Porque eu tenho a carta.

572 **E: Ah!**

573 P: Mas há 40 anos que não pego em carro.

574 **E: Ah! Então tem que...**

575 V: Tem que lutar.

576 **E: Agora tem que acordar e ganhar essa energia para tirar...**

577 P: Pronto! Essa é que está difícil, dar esse paço. Já fui à escola de condução, fui ver quanto era,
578 não era. (Disseram-me): "Deve ter que dar para aí 5 lições", e eu disse: "Não, 5 lições não
579 chegam...", porque eu nunca peguei verdadeiramente em carro. Quer dizer, tirei a carta,
580 depois ainda fui com o meu marido ao Porto, e eu levava o carro. Mas depois tivemos... o meu
581 marido teve um acidente, eu também tive um acidente, mas não fiz nada. Mas andei de valeta
582 para valeta. Pronto, agora vou fazer isso, lá para Maio.

583 **E: Está assim um tempinho melhor (risos).**

584 P: Vamos lá ver, agora meti-me na história... tinha ali umas cadeiras, que quando dei conta
585 estavam todas estragadas. Olha as cadeiras separadas, e os tampos das cadeiras em couro,
586 (estavam) todos abertos. Tinham trinta... a casa tem 32 anos, e eu disse assim: “Ui mas que é
587 isto?”. As cadeiras todas estragadas, ali paradas. Lá mandei arranjar, as cadeiras, agora tenho a
588 sala sem cadeiras.

589 **E: (Risos).**

590 P: Mas eu gosto de arranjar as minhas coisas, não é?

591 **E: Ter tudo organizadinho.**

592 P: É as coisas de casa... eu gosto. Eu gosto de ter as gavetas arrumadas, por isso é que eu perco
593 muito tempo. Porque eu sou muito miudinha (risos). Gosto de ter as minhas coisinhas
594 arrumadas, a roupinha lavada, passadinha a ferro.

595 **E: E lá no hospital teve algum apoio psicológico?**

596 P: Não, não. Eles ofereceram-me apoio, na semana... lá naquela semana que ele teve nos
597 paliativos. E eu disse logo: “Não Doutor, eu não preciso, sabe eu tenho que dar a volta à
598 situação. O doutor está-me a dizer que o meu marido está muito mal...” - “Pois, mas pode ter
599 apoio psicológico e até depois após... se acontecer alguma coisa” (disse o médico). E eu disse:
600 “Não Doutor, eu na minha vida sempre tive que dar a volta por cima, em todos os aspetos, e
601 portanto agora também tenho que dar”.

602 **E: Sentia-se com forças para isso?**

603 P: Teve que ser. E continua a ser, e continua a ser. Vamos ver no futuro se vou continuar, não
604 é?

605 **E: Ai, eu acredito que sim!**

606 P: Acredita?

607 **E: Acredito. Então está cheia de energia para tirar a carta.**

608 P: Tirar a carta não, porque eu tenho a carta, percebe?

609 **E: Sim, tirar as lições.**

610 P: Vai-me custar muito. Porque eu digo a única coisa, que eu... eu lá em casa fazia tudo,
611 quando o meu marido não estava percebe? Ele quando dizia assim: “Não te esqueças”, porque
612 ele de cabeça, como digo, funcionava melhor do que eu, no aspeto de se lembrar. E dizia-me
613 assim: “Tu não te esqueças que tens que pagar o seguro do carro” ele é que me lembrava.

614 **E: Pois.**

615 P: E portanto... e tratava do carro. O carro para ele aquilo era um brinquinho, porque ele era
616 profissional, foi profissional não é? Era profissional... e é das coisas que mais me custou, é a
617 história do carro. Eu não percebo nada do carro, percebe? Agora pronto tenho que ir pagar o
618 seguro, chegou ontem... tenho que ir pagar o seguro. Mas eu já fazia isso, eu já fazia isso. E
619 para meter o IRS também era eu, ele dizia assim: “Ai! Eu não percebo nada disso, faz tu, faz
620 tu!”. Pronto, mas o carro é... ‘uma pedra no sapato’, para mim. Isto está a ser ‘uma pedra no
621 sapato’. Só que eu vejo o carro ali, tenho que estar sempre a incomodar o meu sobrinho lá em
622 cima para me vir (ver o carro e dize-lhe): “Olha, anda dar uma voltinha ao carro, que é para
623 ele... por causa da bateria. Está frio e tal...”

624 **E: E a sua filha... Não pega?**

625 P: Eu custa-me que ela pague, porque ela tem o carro todo desfeito, o carro dela, percebe?

626 **E: Ah pois!**

627 P: Quem olhar para o carro dela, aquilo até mete pena... E ele não se importa, ela passa em
628 cima das pedras dos buracos e tudo. Ela... enquanto que o meu sobrinho lá em cima é um
629 cuidadoso, era quase tanto como o meu marido.

630 **E: Hum, hum.**

631 P: E... ela esta semana pegou nele, pegou nele para ir a onde? Para ir... pegou, disse-me para
632 eu ir com ela, onde é que eu fui com ela? Nem sei onde é que fui... mas eu fui também com
633 ela. Porque eu tenho medo que ela pegue no carro e que... pronto. E eu todos os dias vou lá a
634 baixo, abro a garagem levanto para cima (a porta da garagem) para dar ao [pelo] menos ar.
635 Porque ele no inverno ganhou bolor por dentro!

636 **E: Pois.**

637 P: Ganhou bolor.

638 V: Pois. Com a humidade...

639 P: Porque há muita humidade nas garagens lá em baixo, percebe? E cai água lá em baixo, daqui
640 desta placa, e... eu ando sempre à volta do carro. Abro a porta, depois chego aí às 6 horas vou
641 fechar. Pronto, agora vou ver se vou para a escola de condução. Lá para Maio. Pronto, agora
642 foram as histórias das cadeiras... resolver as cadeiras, meter-me noutra.

643 **E: Oh D.^a M. e o que é que mais gosta de fazer?**

644 P: Gosto da minha casa.

645 **E: De organizar a sua casa?**

646 P: É aquilo que eu gosto. Olhe, eu costumo dizer que... nada me anima, comer fora não me
647 anima, férias... nunca tive férias, férias de sair, não. Eh... vaidade, roupa, quero é andar lavada.
648 Portanto nada disso... sabe o que eu quero? É estar na minha casa, sossegada. E ter dinheiro
649 para as minhas coisas.

650 **E: Hum, hum.**

651 P: Para não dever nada a ninguém. É aquilo que eu quero. E sou a pessoa mais feliz do mundo
652 dessa maneira. Sou a pessoa... qualquer pessoa nova ao ouvir-me hoje deve de dizer assim:
653 “Esta fulana vive noutro planeta”, mas eu sou feliz, dessa maneira. É isso que me faz feliz.

654 **E: Cada um de nós é diferente.**

655 P: É, é.

656 **E: Cada um tem a sua personalidade, uns gostam mais de estar sozinhos.**

657 P: É, é. Foi ainda... no dia 23, foi segunda-feira, fui ali ao banco, e o indivíduo do banco disse-
658 me assim: “Ah! Não quer fazer uma conta assim, assim... tem um cartão de crédito, não sei
659 quê” e eu digo assim: “Oh meu amigo, você não me fale nem sequer do cartão, que eu não
660 posso ver essa gente que anda aí a viver graças a esses cartões. Olhe que eu nunca pedi um
661 tostão para nada”, disse-lhe eu a ele. “Olhe que eu só comprei o meu apartamento quando
662 tive dinheiro para o comprar. Eu só compro quando eu tenho dinheiro. Não tenho dinheiro eu
663 não compro. Portanto não me fale nisso, não me fale nessas contas, nem para pouco me fale
664 nelas” (disse eu ao indivíduo do banco).

665 **E: Hum, hum.**

666 P: Pronto, eu sou assim. Eu gosto muito das coisas muito direitinhas.

667 **E: E o que é que menos gosta?**

668 P: Olhe, sabe o que é que eu menos gosto? Não gosto da pouco vergonha que anda aí fora na
669 rua, que agente vê. E tenho a pouca vergonha dentro da minha casa, o que a minha filha fez,
670 foi muito feio, percebe?

671 **E: Hum, hum.**

672 P: E é isso que é triste. Há coisas que... falta de educação, a falta de respeito pelos mais velhos,
673 a falta de respeito pelas crianças que agente agora vê.

674 **E: Sim, e pelos idosos.**

675 P: Pois os mais velhos... e as crianças, que agente agora é uma pouco vergonha, quando liga a
676 televisão. Vê-se 'coisas do arco-da-velha'! Horríveis! Isso é que eu não gosto. Detesto! Eu digo,
677 eu às vezes nem me apetece sair, porque eu digo assim: "Eu antes quero estar em casa. Não
678 vejo nada". Porque não vejo nada, é melhor, mas também eu não posso viver assim.

679 **E: Mas assim também está fora da realidade, do mundo lá fora.**

680 P: Pois. Sabe o que me põe a realidade? É a televisão. É a televisão.

681 **E: Mas a televisão às vezes não mostra a realidade total, não é?! Às vezes, é manipulada.**

682 P: Olhe eu quando vezes aqueles casos, aqueles casos policiais, à hora de almoço, que
683 normalmente dá na J. P. (programa), e eu digo... e às vezes dizia assim: "Ai meu Deus! Será
684 verdade uma coisa assim? Abusar de crianças, pequeninas. Será verdade?"

685 V: É verdade.

686 P: Isso é horrível. Isso é o que eu mais detesto no mundo.

687 **E: Olhe D.^a M. chegámos ao fim da nossa entrevista. Muito obrigada por ter partilhado**
688 **connosco.**

689 P: De nada. Gostei muito de estar com vocês.

690 **E: Por ter tido essa disponibilidade, em nos atender e por participar no estudo.**

691 P: Fiquei muito contente, por vos ver.

692 **E: Muito obrigada.**

693 P: A aquela menina eu já conheço, mas agora já não conhecia se a visse na rua...

ID14

E: Entrevistadora; P: Participante

1 **E: D.^a N. neste momento sente-se em luto?**

2 P: Sim, pois.

3 **E: Como é que descreve esse luto?**

4 P: Sinto-me triste (chora).

5 **E: Sente aquela falta não é?**

6 P: Sinto a falta do meu marido (chora).

7 **E: D.^a N. pode-me falar um bocadinho acerca de si, como é que era as suas origens, de onde**
8 **é que era...**

9 P: Eu sou de São Pedro do Sul. Os meus pais eram caseiros. Os meus pais eram caseiros,
10 andávamos de lugar em lugar, e... quer-se dizer que eu *támem* [também] ... primeiramente
11 ajudei-os quando coisa (no trabalho). Depois eu casei...

12 **E: Antes de casar como é que conheceu o seu marido? Foi...**

13 P: Você sabe que eu tive o primeiro marido... O primeiro marido já... o primeiro marido que eu
14 tive ah... quer-se dizer, tive os filhos dele, só tenho uma que *num* [não] é do matrimónio.

15 **E: Teve outro marido antes deste?**

16 P: Antes deste, e *támem* [também] já morreu. Ele era um homem... eu deixei-o ficar porque ele
17 *num* [não] se importava que eu fosse uma mulher qualquer para *morde* [?] ter tudo que... que
18 tivesse para os filhos e para ele. (Eu) tinha uma profissão boa e ele *num* [não] queria trabalhar,
19 tinha uma *biciclete* [bicicleta] e ele ia e *desvasiava* [esvaziava] os pneus da *biciclete* [bicicleta],
20 para *num* [não] ir trabalhar. E dizia que a roda estava furava e não estava nada. *Num* [não]
21 queria trabalhar.

22 **E: Então aí quando se casou com esse senhor foi em São Pedro do Sul?**

23 P: Foi em São Pedro do Sul. E depois como eu tinha, tomei conta lá de umas terras, lá do
24 senhor e fazia, (cultiva os campos). Quando... chamava-se o tratorista e ele lavrava as terras e
25 o meu falecido pai ia lá ah... os meus irmãos ia lá cravar os cantos e agradar a terra e semear e
26 assim. Depois dava aquelas medidas aos patrões mas os filhos adoeciam, era (estava) sozinha e
27 perdia as regas... olhe...

28 **E: Desse marido teve 2 filhos?**

29 P: Aí não, tive mais, tive 5 dele.

30 **E: Do primeiro marido teve 5 filhos?**

31 P: Sim. E agora... e depois vim para aqui.

32 **E: Veio para Paços de Ferreira...**

33 P: Quando vim da terra (São Pedro do Sul) vim para Lordelo, vim para Paços... para Lordelo,
34 juntamente com um irmão de uma amiga minha. Foi onde (com quem) tive esta filha. Ainda
35 estive muitos anos com ele (irmão da amiga). Estive uns anos com ele...

36 **E: E trouxe os 5 filhos?**

37 P: Trouxe comigo, vieram todos comigo. Coitadinha grávida de um... e depois tive-o e tudo
38 bem, já andava na vida, já eram grandes, já casados alguns. E ele então... ele *támem* [também]
39 com o vinho batia-me, fazia-me... Deus me livre, torturas...

40 **E: Do primeiro marido?**

41 P: Estou a falar do...

42 **E: Do primeiro?**

43 P: Deste batia-me também, deste.

44 **E: Sim.**

45 P: E depois deixei-o ficar. Vim para aqui para abeira deste, irmão desse meu amigo, *prá qui*
46 [para aqui]. Ele depois *támem* [também] depois começou-se a embebedar e começou-me a
47 bater e... depois eu andei na fruta. Depois, olhe, fazia... trabalhava para a senhoria de lá da
48 terra *támem* [também]. Ah... e ele... depois deixou-me ficar, arranjou outra mulher e deixou-
49 me ficar.

50 **E: Esse primeiro marido, não é?**

51 P: O segundo.

52 **E: Ah já está a falar do segundo.**

53 P: O acompanhante. Esse não estava casada, estava amantizada com ele.

54 **E: Ah, quando veio para Lordelo juntou-se a esse?**

55 P: Sim, esse que estava...

56 **E: E como o conheceu?**

57 P: Eu conheci-o por uma irmã, uma sobrinha dele, até está a morar lá em São Pedro do Sul no
58 lar. Que eu até falo para ela muitas das vezes.

59 **E: E como é que foi o vosso namoro... Casou com este segundo homem?**

60 P: Este? Agora com o que estou... O outro segundo amantizei-me.

61 **E: Ah... então este foi o terceiro?**

62 P: Agora este foi o terceiro, este aqui... o outro...

63 **E: Ah, então o outro foi o segundo...**

64 P: Foi, foi que me matizei. Ele depois arranjou uma mulher e eu soube que ela estava grávida
65 deixei-o ficar.

66 **E: Sim.**

67 P: Deixei-o ficar até... Soube pelos padrinhos da minha filha mais nova. "O pior é o parente que
68 engravidou a L., e dizem que é ele o pai" (disse os padrinhos da filha mais nova) e eu disse: "Ai
69 é? Então que lhe coma a carne e os ossos que eu vou... não o quero mais". E daí deixei-o ficar.
70 Deixei-o ficar... e quer-se dizer que fui para Cête, para casa de uma senhora que eu já... que
71 tinha ali uma boutique em Paredes. E eu fui para lá tomar conta da mãe dela, fui para lá, estive
72 lá muito tempo em casa dela. Depois de casa dela vim, vim outra vez para Regada para casa de
73 uns amigos e fiz o meu contrato de 5 anos. Eu fui para lá, fui para lá e depois trabalhei ali no
74 marceneiro, ali naquele restaurante marceneiro. E eu às terças feiras tinha sempre folga, e eu
75 nessa minha folga eu fui à minha... ia sempre com uma amiga ah... ali a cima a Modelos (zona
76 de Paços de Ferreira) lanchar, que ela trabalhava na coisa, da li da, que faz imobiliário... Ela ia

lá lanchar comigo e então eu estava à espera dela e apareceu lá o moço... Até ouvi dizer que ele se matou esse moço, não sei se se matou ou se não, chamavam-lhe o F., trabalhava na casa do meu compadre.

E: Mas que moço, aquele com quem tinha estado...

P: Esse moço... quer-se dizer, soube... esse F. era uma rapaz que trabalhava nas obras do meu compadre e ele... E eu vi-o lá em cima, quando estava à espera da minha amiga para lancharmos e conversarmos um bocado, ele apareceu lá. Apareceu lá esse amigo, e depois ela (amiga) perguntou-lhe... foi e disse-me assim: “Onde é que tu vais N.?” – “Olha estou aqui à espera da...” (Fala atualmente que amiga já partiu, 08:05-08:30, 1ª gravação). “Para onde é que tu vais passar o Natal?” (perguntou o rapaz amigo da amiga), foi na maré do natal. Foi até nessa altura da morte de Entre-os-Rios.

E: Sei.

P: Eu já trabalhava lá nesse marceneiro. Ah... e então eu disse para o moço “Olha *num* [não] sei, *num* [não] sei a onde é que eu irei passar” e ele disse-me assim: “Olha eu se fosse eu a ti... sei de um senhor e... até bem parecido, é um homem poupado, tem casa e tudo. Tu se quisesses conhece-lo” ele assim para mim: “Se tu quiseres conhecer eu apresento-to e era melhor...”. E eu estava com as minhas mãos (doentes) e tudo, precisava de fazer operações e tudo e eu não tinha quem me ajudasse. E depois então, ele foi e levou-o lá, levou-o ao restaurante. Levou-o ao restaurante e depois os meus colegas *chamam-me* [chamaram] por mim, e eu disse: “Vai-me desculpar mas eu agora nesta hora do almoço não posso atender, mas depois às 7 horas (da tarde) saio do trabalho e depois logo conversámos, falamos”. Então foi... no fim do trabalho, então lá... ali à pacense, conversámos e dali a gente ajeitou a vida. Ali... vim para ele, ainda estive um tempo a viver junta com ele mas depois casámos por civil, porque eu não sabia do pai dos meus filhos. E ele *num* [não] aparecia, estava em tribunal para fazer a *saparação* [separação] e tudo e ele *num* [não] aparecia...

E: Ah, ainda não tinha conseguido fazer a separação.

P: Não, por isso é que ainda estava junta com ele (atual marido) ainda. Depois então... eu tinha testemunhas, tinha a minha madrinha, lá algumas pessoas de São Pedro do Sul e ele veio aqui uma vez e disse que nunca me dava o divórcio. E depois então o Doutor juiz *po* [pelo] tempo que andava as coisas a correr e ele não aparecia, foi o... foi o tribunal mesmo que fez...

E: Que fez o divórcio.

P: Que fez o divórcio, que assinou o divórcio. *Prontos* [Pronto] depois então já tinha casado pelo civil... E então fui à terra e ouvi falar que ele tinha falecido na Oliveira do Bairro, que é para os lados de lá (São Pedro do Sul). E então eu fui... pedi ao meu padrinho, que ele era advogado, o Doutor L., por favor se ele me telefonava para São Pedro do Sul para o registo civil, porque ouvi dizer que ele (ex-marido) tinha falecido. Para ver se ele me podia telefonar para lá para saber se era verdade, ou se era mentira. Depois ele telefonou e disse que morreu a não sei quantos de abril.

E: Depois então pode casar com este marido?

P: É, depois casei com este marido e...

E: Quanto tempo namoraram, quanto tempo estiveram assim juntos até ao casamento civil?

P: Ai estivemos *prai* [para ai] 2 anos ou mais, porque o tempo... agora o tempo que eu casei e estive junto com ele já eram 17 anos, que nós estávamos um com o outro.

E: E que idade é que tinha a D.ª N. quando casou com o outro?

121 P: O primeiro marido?

122 **E: Sim.**

123 P: Tinha 18 anos, tinha 18 anos. O que ele não queria trabalhar. Ele até para vir para casa mais
124 depressa até se deitava no rego, para ele *num* [não] trabalhar. Para vir para casa, para eu fazer
125 o comer para lhe dar.

126 **E: E como é que era a relação com este, com este último homem? Como era a vossa relação?**

127 P: Qual?

128 **E: Com este, como é que se chama?**

129 P: Com o meu marido?

130 **E: Sim.**

131 P: Era um homem...

132 **E: Como é que vocês se davam?**

133 P: Dávamos bem, nunca nos tratamos mal, nunca... havia respeito claro. Há hora do terço
134 rezávamos o *tercinho* [terço], fazia a minha vida normal. Eu se tivesse que sair, dar uma volta
135 com ele, aqui e acolá ia. Ia no passeio da junta *támém* [também] e... Não era homem que
136 fumava, não era homem de andar em cafés, de café em café. *Num* [Não]...

137 **E: Como é que ele a tratava a D.^a N.?**

138 P: Tratava-me pelo meu nome N.

139 **E: Não, mas como é que ele lhe tratava, como é que ele era consigo?**

140 P: Era amoroso, nunca mal tratou.

141 **E: Deram-se sempre bem.**

142 P: Pois por isso sinto mais a falta (chora). Mas... mas eu mais por fim, vi que Deus além *mo* [o]
143 levar que foi meu amigo por sofrimento que ele tinha. Porque a gente sabe perfeitamente que
144 não podemos andar neste mundo, toda a vida (chora). E por sofrimento dele, já estava a sofrer
145 ele e eu, eu também. Eu já *num* [não] podia com ele para vira-lo por isso é que comprei a
146 cama e tudo.

147 **E: E como é que, como é que foi o aparecimento da doença dele?**

148 P: O primeiro *coisa* [problema] que lhe apareceu foi na anca. Que ele estava assentado e ele
149 levantava-se para cima e *num* [não] podia dar os primeiros passos. Começava um bocadito e
150 depois lá ia e dava os primeiros passos. Depois comecei e *botar-lhe* [colocar] almofadas na
151 cadeira para se poder levar melhor, mas não adiantava. (Fala de um médico da D.^a N., 03:29-
152 04:09, 2^a gravação).

153 **E: Ele teve esse problema na anca e depois? Como é que...**

154 P: E depois da anca, eu fui... eu tinha uma consulta ali em Freamunde, (consulta) dos ossos. E
155 depois ele foi lá comigo depois ele entrou comigo, nós a falarmos e diz ele (marido) assim...
156 que tinha medo de fazer essa operação. Depois esse médico... porque ele era do Porto,
157 cuidados intensivos do Porto e depois ele disse: "Olhe senhor J. você, você... se fosse à coluna
158 *num* [não] dava conselho, agora (colocar na anca) a prótese, eu dava-lhe conselho" e ele ficou
159 animado. Mas você, "Oh senhor Doutor, é que eu quero que visse bem e me aconselha-se com
160 muitos médicos... e eu estava com medo" (disse o marido da D.^a N.) – "Não, não vale a pena
161 ter medo, convém você fazer mas passa-se um tempo e você não anda" (disse o médico).

Depois então ele aconselhou-se com outras pessoas e ele... aconselhou-se com outras pessoas e depois fez. (Fala da procura do melhor cirurgião, 05:31 -06:10, 2ª gravação). Depois ele (cirurgião) chamou, e foi *posta* [colocada] a prótese, e ele ficou muito bem, que ele ficou a mancar da prótese, nem nada. Ficou muito bem, quem não soubesse que ele tinha...

E: Não sabia...

P: Não sabia que ele tinha sido operado. É e até foi uma coisa que... a gente teve esta conversa com esse médico quando foi lá à consulta, porque aparecia-lhe nas virilhas das pernas, aparecia-lhe em ferida. E eu lavava-o, eu... olhe não havia nada que eu *num* [não] lhe *bota-se* [fizesse]. E depois ele receitou-me duas qualidades de pomada e por acaso passou. Diz que era um micróbio que ele tinha ali naquelas partes. (Fala da conversa novamente com o médico, 07:02-07:33, 2ª gravação). Depois desse problema foi um problema da próstata, eu disse-lhe a ele “Olha que tu quando fores à senhora Doutora diz-lhe a ela que queres fazer um exame à próstata, para ver o que se está a passar contigo”. E ele foi, e foi lá... e depois então ele foi lá e... deu-lhe... foi lá e a senhora doutora mandou-lhe fazer, mandou-lhe fazer o exame, ali na Radelf (clínica privada). Mas na Radelf *num* [não] ficou à maneira dela e ela disse: “Oh senhor J. olhe que eu... você fez o exame aqui na Radelf mas eu não estou contente *co* [com], *co* [com]... o que vem no exame. Olhe vai fazer-lo noutro lado. Vou manda-lo para Penafiel”.

E: Ele fez e acusou o mesmo?

P: Depois lá em Penafiel... nós fomos lá e disse (marido): “Oh senhor doutor eu fiz o exame da Radelf e a senhora doutora *num* [não] gostou do que viu e mandou fazer aqui, porque motivo?” e ele (médico) disse: “Olhe o motivo que é, é que eu tinha, tinha... ele tinha... tem uma célula seca”.

E: Na próstata?

P: Sim, na próstata. “Ele tem uma célula seca e a todo o tempo pode alterar” (disse o médico). Lá a Doutora A... mas a senhora Doutora tem que fazer todos os anos este exame, e a Doutora A. nunca mandou fazer. Nunca mandou fazer este exame. Depois segue-se, que depois ele queria urinar e assim, e... o urinar dele parecia aquase aquelas boras de pipo e estava muito tempo a fazer. E depois então fui outra vez com ele ao médico, e depois eles disseram que era... que era cancro na próstata. O senhor doutor, o senhor Doutor L. M. foi lá, foi lá ao senhor Doutor L. M. e ele não podia fazer xixi, atirava-se pelos ‘ares’, ele receitou uns medicamentos, melhorava mas nunca aquilo que devia de melhorar. E ele (médico) mandou para Penafiel e de Penafiel... teve lá por causa de fazer as urinas depois veio com a algália e assim. Depois então o senhor Doutor disse: “Oh N. não tenho boas notícias para te dar” e eu disse “Oh senhor Doutor eu já estava a pensar isso”.

E: Já estava a contar.

P: Já (o marido) a botar aquela borra para fora. Eu disse: “Oh senhor Doutor eu já estava a duvidar disso”. E depois então... mas o Doutor mandou ir buscar todos os documentos para por tudo direitinho e mandar para o IPO. Foi para o IPO, e depois andou lá muito tempo no IPO. Depois foi *uperado* [operado] ah... andou muito tempo depois da operação, meio ano. Já foi em Lousada que ele fez a operação.

E: Teve lá mas vinha para casa às vezes?

P: Quem?

E: O seu marido.

P: Quando foi ao IPO ele nunca ficou internado, ele ia lá aos tratamentos. E depois foi só... foi só... *num* [não] havia vaga lá no IPO. Foi *uperado* [operado] à próstata e mandaram-no para Lousada porque era da mesma companhia daquele hospital, para não pagar.

E: E como é que foi quando ele piorou, começou a piorar mais? Como é que foi?

P: Quando ele começou a piorar mais... É que ele andava sempre muito pouquinho, andava muito pouquinho. E depois teve 7 pólipos. Quatro pólipos tirou de uma vez do intestino, 3 por outra. Depois o pénis ah... de fazer operação à próstata, ficou presa, teve que ser *uperado* [operado] para soltar aquela, aquela pele, para se poder lavar, que ele não podia. E depois começou a piorar mais, porque lhe custava andar. Custava-lhe andar e depois, custava-lhe andar por isso. Porque depois fomos ali a uma consulta ah... que a médica mandou ah... (Explica onde fica a clínica, 02:13-02:27, 3ª gravação). E o médico Espanhol viu-o, viu-o e... eu levantei assim a coisa do pijama, quando ia... eu levava sempre pijama para os médicos verem melhor. Digo eu “Oh senhor Doutor ele (marido) tem tanto calor aqui na barriga. Isto tudo vermelho, diz que lhe dói” e o Doutor *diz* [disse]: “Isto é uma cirrose crónica” e depois vai e diz assim: “O que é a senhora a ele?” – (responde): “Esposa”. Como viu que era esposa não disse mais nada (chora). Depois então nós viemos embora e pronto. E... ele aqui em casa custava-lhe andar, comprei-lhe até duas *moletas* [canadianas] para ele andar e tudo. Mas depois ele já não andava porque... e até assentado! Ele não podia estar assentado no sofá.

E: Foi aí que depois comprou a cama adaptada?

P: *Num* [Não] podia estar *assentada* [assentado] no sofá porque, tinha uma hérnia na virilha e outra no *embigo* [umbigo]. Que o *embigo* [umbigo] parecia aquele olho grande, parecia que até arrebentava. Depois deram-lhe... até lhe custava andar, custava-lhe andar como assentado. Depois estava mais tempo na cama que outra coisa. E depois ele a virar-se e tudo. Às vezes tinha medo... ele às vezes estava abeira da cama e eu tinha medo que ele cai-se abaixo da cama, porque depois quando ele ficou assim, (então) passei-o para o quarto para ele estar à vontade, na cama sozinho. Como ele tinha aquela barriga muito grande e tudo. E depois eu tinha que lhe por enfim, uma almofada de baixo da perna e da... no meio dos joelhos e tudo. Era muito complicado (de) eu estar abeira (dormir com ele), *num* [não] é? Depois então comprei, pedi uma cama! Olha a cama era tão mal jeitosa, tão mal jeitosa que eu tive que pôr dois paralelos para ele poder *assubir* [subir] *pá* [para] a cama.

E: Era muito alta então.

P: Era muito alta e o varão era alto de mais, do que... porque se o barão fosse resvés ao colchão, que ainda subia, e ainda saia. Mas não, o barão era mais alto que o colchão, não o podia tira-lo que o alajava. Veio cá o filho e a nora ajudar a tirar, ajudaram a tirar e depois então eu disse, quem me tinha dito foi lá em baixo, o C. que trabalha nos bombeiros. Que na Seroa havia lá um senhor que vendia umas camas muito jeitosas, baixinhas, e que... assim de comando. E eu pedi ao filho dele, ao meu enteado, se ele lá podia ir saber o preço e ver as camas se eram jeitosas. Ele disse: “Jeitosa que não seriam iguais, mas que eram um *bocadico* [pouco] caras” e eu disse a ele: “Olhe... ‘que se gaste os anéis e que fiquem os dedos’”. Ainda tinha um *dinheirico* [dinheiro], mas com a doença dele foi tudo. Sobre a cama...

E: D.ª N. conte-me mais já quando foi assim o fim de vida. Como é que foi, ele estava aqui em casa ou foi no hospital?

P: Ele quando foi no fim de vida... Ele começou a ter muitas infeções, muitas infeções na bexiga, ah... e nos rins. E começou a ganhar muitos líquidos na barriga, dos líquidos da cirrose. E depois tiravam-lhe, tiravam-lhe muitos líquidos e depois no fim de tirarem aqueles líquidos

todos... ele para o fim... Depois ele 2 dias, 2 noites, ele *num* [não] dormia, *num* [não] dormia nada. *Num* [não] dormia nada, nem descansava nem ele, nem eu. Depois então, ah...

E: Mas como é que ele foi para o hospital?

P: Eu... eu, estou acabar... a contar esta parte que depois já lá vai. Depois então nesse dia à noite, nesse dia à noite ele... estava abeira dele, e (ele) quis fechar os olhos um bocadinho. Então depois eu apaguei a televisão e fui para dentro. Eu mal cheguei lá e ele já estava a chamar por mim e eu disse: “Oh *home* [homem] dorme um bocadinho, que eu vou dormir *tamém* [também] um bocadinho”. E *num* [não] fiz assim muita coisa que era para ver se ele dormia. Passado um *bocadico* [tempo] era ele assim: “ Oh M., oh M.” a M. foi uma irmã do senhor padre de Arouca, que era muito amigo deles, dava-se bem. “Oh M., M.” (dizia ele). E eu ouvi a chamar por ela, e ela já tinha morrido já há um tempo e eu chego abeira dele: “O que é que foi homem? O que é que queres?” ele vai e diz-me assim: “olha dá-me um raminho de flores que está ali” e eu disse assim: “Oh homem não está aqui ramo de flores nenhum” – “Está, está, dá-mo, está ali. Dá-mo” – “Oh *home* [homem] dorme, dorme. Dorme um bocadinho” (disse a D.^a N). E fui... e deixei assim... agora não sei se deixei a luz acesa ou se a apaguei. Vim para dentro, ele ainda adormeceu um *bocadito* [tempo] e passado um *bocadito* [tempo] *num* [não] se ouviu. E eu cá para mim, estás a descansar, *num* [não] dormiste as 2 noites e agora pegaste-lhe o sono. Ele vem... de noite ainda me levantei para ver se ele estava coberto, que estava frio (nessa altura). Tinha assim um cachecol grande parecia uma manta, e fui-lhe por que ele já *num* [não] conseguia...

E: Cobrir.

P: Cobrir as mãos. E depois ele... então punha a mantinha sobre as mãos. Pronto. De manhã, ele tinha noites que *num* [não] chamava nem nada, descansava. E eu pensei que essa noite era igual. Ah... quer-se dizer eu... ele *num* [não] gostava de dormir com as janelas com clareza, queria que fecha-se a janela para lá. E depois abro a janela e ele estava com os olhos fechados! Cerados! E eu disse assim: “Oh Q. para eu lhe dar o pequeno-almoço, para lhe dar o café e os medicamentos” e eu disse: “Oh Q., oh Q.” e ele: “Hum, hum” – “Oh Q. acorda *home* [homem] acorda para tomares o pequeno-almoço”, (ele fazia o som): “Ah, ah” – “Oh Q.” (e ele) nada. *Num* [não] abria os olhos, nem coisa nenhuma. Eu comecei-me logo a vestir, chamo logo os bombeiros (chora), os bombeiros chegam aqui... Telefonei logo para os bombeiros, os bombeiros chamou aqui a... o INEM. O INEM já para o tirar da cama foi já num [impercetível], assim numa coisa. Naquela *coisa de duas asas* [maca], e já o levaram assim (chora). Depois ele nunca mais foi o homem que era (chora). Mas foi só um dia, foi a uma quinta-feira, antes de todos os santos que ele... que eu cheguei lá mais um afilhado e ele (marido): “A G.?” e ele (afilhado): “Oh padrinho está em casa”. E perguntou também ao M. *por a* [pelo] N. que era o sogro do meu enteado, se estava bem, que ele tinha feito uma operação. E achei-o *melhorzito* [melhor], nesse dia. Ao outro dia, sexta-feira eu era para ir, eu era para ir ah...

E: Ele depois aí quando para o hospital, já ficou no hospital durante quanto tempo?

P: *Aquase* [Quase] 15 dias, até morrer. Nunca mais veio embora (chora).

E: E como é que soube a notícia a D. Natália?

P: Como recebi a notícia? Telefonaram-me para aqui. Estava a comer alguma coisa para ir (chora).

E: Para ir...Estava sozinha?

P: Estava.

E: Deste marido teve filhos D.^a N.?

- 295 P: Não.
- 296 **E: Ai não teve...**
- 297 P: Não tenho filhos, mas é como seja um filho para mim (filho da ex-mulher do marido). Eu
298 tenho filhos... mas amo mais como filho do que os outros meus filhos. Que ele (filho da ex-
299 mulher do marido)... o que eu precisar [impercetível], esteve a pôr os caleiros na minha casa...
- 300 **E: Quem? O seu genro?**
- 301 P: Não, o filho dele.
- 302 **E: Ai ele tem...**
- 303 P: O meu enteado. Ele e o sogro têm andado aqui a compor o telhado [impercetível] (fala
304 emocionada).
- 305 **E: D.ª N. fale-me um pouco o que é que sentiu após a perda do seu marido. O que é que acha**
306 **que mudou na sua vida?**
- 307 P: Olhe a minha vida é tal e qual como era antigamente. Tinha mais poder, é claro. Tinha mais
308 poder porque arrecebia mais dele mas também gastava *num* [não] é? E tinha mais poder,
309 agora vivo... com a reforma dele e com a minha e vou vivendo. De resto as coisas eram todas
310 na mesma. Sabe porque estou mais conformada? Porque eu tinha muitas vezes... que eu já
311 comia sozinha, sabe. Gastava mais...
- 312 **E: Já estava à espera que isto fosse acontecer...**
- 313 P: Já. Ele estava lá dentro e eu comia aqui sozinha. Ia para o hospital e eu estava sozinha. No
314 dia dos meus anos, estava aqui sozinha. Até foi o meu afilhado (afilhado do marido), ele
315 chama-me madrinha *tamém* [também] porque a ex-mulher dele (marido), a falecida, era
316 madrinha dele. Então também me chama madrinha. Foram comigo... e fomos à Amarante ver...
317 (fomos) até lá [impercetível] e fomos dar uma volta e depois viemos por lá pela coisa (terra)
318 dele. Ah... e quer-se dizer depois (no dia que faleceu) [impercetível] ... telefonei ao filho para
319 vir que o pai tinha morrido (chora). Quando [impercetível] funeral... quando ele cá chegou, já
320 tínhamos resolvido tudo. Os meus genros resolveram logo tudo.
- 321 **E: A D.ª N. resolveu tudo?**
- 322 P: Eu... quando ele chegou já estava tudo resolvido. Telefonei ao senhor P.
- 323 **E: Resolveu as coisas.**
- 324 P: Telefonei ao senhor P. a dizer...
- 325 **E: E os seus amigos D.ª N.**
- 326 P: Tive logo aqui a casa cheia de gente.
- 327 **E: Mas após a morte do seu marido sente que mudou alguma coisa? Como convivia com os**
328 **seus amigos, agora convive...**
- 329 P: Não, convivo na mesma.
- 330 **E: Convive igual.**
- 331 P: Convivo igual. Agora até mais, qualquer coisa estão sempre aqui.
- 332 **E: E a sua profissão sempre trabalhou em casa?**
- 333 P: Sempre trabalhei. Foi sempre trabalho doméstico já trabalhei em...

334 **E: Como já me disse, não é?**

335 P: Em cerâmicas, a fazer [impercetível] de cerâmicas.

336 **E: Mas após a morte do seu marido já não trabalhava?**

337 P: Não, nessa altura já não trabalhava.

338 **E: E o que a D.^a M. faz ou fez para superar essa dor? Como supera essa dor? Que a D.^a M.**
339 **sente. D.^a N., peço desculpa.**

340 P: O que é que eu hei de fazer, tenho de me conformar. Tenho de me conformar e penso
341 assim: “Hoje foste tu, amanhã vou eu” (chora). Cheguei a dizer uma vez: “Tu ainda tens quem
342 te *acuda* [ajude] em tudo, mas eu sozinha não tenho ninguém” (chora). Porque embora tenha
343 amigos, mas nunca é a mesma coisa (chora).

344 **E: Como a família.**

345 P: Como a família, *num* [não] é? Tenho os meus genros [impercetível].

346 **E: Como vai superando essa dor? Ah... Já notei que a D.^a N. tem muita fé na nossa senhora**
347 **e...**

348 P: Pois tenho.

349 **E: E todos os santos... Acha que lhe ajuda a superar essa dor?**

350 P: Ai são muito meus amigos (santos). Eu tenho pedido para esquecer para *morde* [?] não
351 sofrer (chora). Têm sido muito meu amigo, tem.

352 **E: E a D.^a N. que estratégias adotou para viver o seu dia-a-dia? Como procura viver o seu dia-**
353 **a-dia?**

354 P: Ai... Tomo o pequeno-almoço, faço a cama, faço o que tenho a fazer. Faço as minhas
355 limpezas, tenho um *canzito* [cão] lá *trás* [atrás] (da casa) que tem uma tosse! Eu até estive a
356 por lá assim umas coisas para ele não ter tanto frio. *Meto* [Planto] umas flores no quintal,
357 outras (plantas) aqui, e vou andando assim. No domingo fui à missa do meio dia, das 11 horas,
358 sai era meio dia, cheguei aqui *arranjei* [fiz] alguma coisa para comer. Comi, *foi* [fui] até... até ao
359 cemitério até às campas. Vim para cima e havia festa aqui em cima no jardim, estive a falar
360 com umas pessoas, vim, acendi o fogão (a lenha). Estava na hora de rezar o terço, rezei o
361 terço, depois deitei-me, tenho a televisão no quarto vejo um *bocadito* [bocado], vejo. Vou e
362 tomo a medicação para dormir e lá fico, a dormir. De manhã... de noite acordo volta e meia
363 para vir ao quarto de banho mas olha e é assim...

364 **E: E tem ali um *quintalzinho* [quintal] que eu vi.**

365 P: Tenho, tenho um quintal.

366 **E: Ainda continua a manter o *quintalzinho* [quintal] com as suas coisas.**

367 P: É. Tenho lá uns *repolhitos* [repolhos] e o resto é flores, é crisântemos e gladiolos. Tenho lá
368 umas *couvitais* [couves] até *nem* [não] espigaram. E tenho lá *galinhito* [galinheiro]. Vou ver se o
369 meu genro vai lá por uma rede e uma fita, para lá por meia dúzia de frangos, para *morde* [?] eu
370 me entreter e é assim a minha vida.

371 **E: D.^a N. que tipos de apoios físicos ou humanos teve após a perda do seu marido?**

372 P: Tenho... tenho os benefícios que me têm dado, é, é... quando é pelo Natal o presidente da
373 junta dá-me sempre um cabaz pelo Natal.

374 **E: Teve aquela ajuda da segurança social, não é?**

- 375 P: Sim, tive a ajuda da segurança social, o subsídio do funeral dele.
- 376 **E: E teve o apoio dos seus filhos? Após a morte do seu marido, teve o apoio dos seus filhos**
- 377 **D.^a N.?**
- 378 P: *Num* [Não] veio cá filho nenhum.
- 379 **E: Nem no dia do funeral?**
- 380 P: Nem no dia do funeral. Quem veio ao funeral do meu marido foi o meu genro e a minha
- 381 neta, da minha família. Veio... tinha uma irmã mas *num* [não] passava aqui todos os dias e uma
- 382 amiga minha disse assim (para a irmã do marido da D.^a N.): “Oh A. o teu irmão está muito mal!
- 383 O teu irmão C. vai lá todos os sábados vê-lo e vinha. E tu passas aqui todos os dias pelo teu
- 384 irmão” – “Oh” (respondeu a irmã da D.^a N.) e andava sempre. No dia do funeral dele, que ele
- 385 estava na casa mortuária ela chegasse à minha beira e disse-me assim: “Posso-te dar um
- 386 beijinho?” e eu disse para comigo, meu coração fez tudo por amor de Deus. Não quis fazer fita.
- 387 Pronto. Foi, e deu-me um beijo de cada lado e saiu para o lado, pronto, até hoje.
- 388 **E: Nunca mais...**
- 389 P: Nunca mais. Agora...
- 390 **E: E de vizinhos e assim, teve ajuda?**
- 391 P: Ai, os vizinhos, tive.
- 392 **E: E tem ajuda deste...**
- 393 P: Aqui, mesmo aqui do talho, na hora do meio-dia, de fechar, foram vê-lo. E... de lá de baixo
- 394 da... da... A. (senhora do supermercado), também foi vê-lo. E vai...
- 395 **E: Mas já depois nos dias a seguir as pessoas vem aqui ter consigo?**
- 396 P: Ela (senhora do supermercado) telefona-me sempre. A A. (senhora do supermercado), à
- 397 noite telefona-me sempre.
- 398 **E: D.^a N...**
- 399 P: Ela veio aqui duas ou três vezes dormir comigo, mas quê ela anda com a cabeça alevantada
- 400 por outro *home* [homem]. (Fala do homem que amiga está interessada, 22:40-22:55, 3^a
- 401 gravação).
- 402 **E: D.^a N. o que é que mais gosta de fazer?**
- 403 P: Olha fazer qualquer coisa para mim, está bem.
- 404 **E: Gosta de fazer de tudo, não é?**
- 405 P: Fui habituada a fazer tudo.
- 406 **E: Mas gosta mais assim de cozinhar ou ir para o quintal...**
- 407 P: Tanto de uma coisa como outra.
- 408 **E: É?**
- 409 P: Há horas para tudo. Tenho horas para tudo.
- 410 **E: E há assim alguma coisa que menos gosta de fazer?**
- 411 P: Não... entretanto eu... gosto de... estou habituada pronto, deitar-me, levantar-me com
- 412 aquele ritmo, fazer isto, fazer aquilo. Depois se tiver de pôr a roupa a lavar ou passar, ou isto
- 413 ou aquilo. Gosto de fazer tudo. Você, como a menina vê, que veio e os meus papetes estão

414 estendidos, todos. E ainda estão todos para pôr no sítio, que eu agora tirei as cortinas. Tirei-as
415 porque... tirei as cortinas porque elas ah... era do tempo da falecida (ex-mulher do marido) e
416 eu modifiquei para outros lados. Aquela que tem aquela caminha puxo-a toda, faço um
417 quartinho.

418 **E: D.^a M.**

419 P: N.

420 E: D.^a N. (risos), não sei porque agora está-me a vir o nome M.

421 P: (Risos).

422 **E: É a entrevistar tanta gente estes dias, que depois já confundo. D.^a N.**

423 P: Eu agora até disse... pronto, a casa até ao fim de vida é minha mas... se eu não poder... tiver
424 muitas dificuldades e tudo, vou... a ver se consigo ir para um lar e acabou-se. Entrego a casa
425 aos filhos a acabou-se. *Num* [não] *num* [não] estou com mais problemas nenhuns. Queria ver a
426 minha mãe, os dinheiros são poucos... que eu queria ir a São Pedro do Sul.

427 **E: A sua mãe ainda é viva?**

428 P: É.

429 **E: E o seu pai? O seu pai estava em lisboa.**

430 P: Já faleceu, já há bastante tempo, já há mais de 8 anos.

431 **E: Tem de tentar ir ver a sua mãe...**

432 P: E queria ir ver a minha mãe. Olha que eu tive uma irmã, tive e tenho... que eu tive-a (mãe)
433 aqui comigo, a minha mãe [impercetível]. Eu fui *pa* [para] uma consulta com ele, e deixei-lhe (à
434 mãe) aqui um arrozinho feito e deixei o tempero, numa tigelinha e uma saladinha, para depois
435 na hora (de comer), deitar o tempero. E tinha-lhe deixado um bocadinho de arroz e... e...
436 bolinhos de bacalhau e tinha posto no micro-ondas e tinha programado. Depois (disse à mãe):
437 “A mãe quando for na hora do comer, a mãe fecha a porta e depois carrega aqui para abrir a
438 coisa, pronto...”. Olhe comeu só os bolinhos e não comeu mais nada, e depois... Eu tive de
439 fazer, tive de fazer uma operação... ai! Aquela operação foi mais dolorosa [impercetível]. Eu
440 tenho uma hérnia cardíaca e foi *apurada* [operada] e como foi *apurada* [operada] eu e o meu
441 marido daquela idade e ela *tamém* [também], já de muita idade. Eu cheguei aqui e ela estava-
442 me deitada na cama com uma dor [impercetível]. E eu então fui, ajudei-a a levantar, o meu...
443 escrevi um bilhete, pedi ao meu homem para telefonar ao Doutor. L. (Ele) Receitou-lhe logo
444 uns medicamentos e ela depois melhorou muito. E depois então... eu tinha feito umas coisas
445 para a assistência social para receber um tanto por estar a olhar por ela, e depois veio. Teve
446 bastante tempo à espera... mas depois recebi, desde o início que *meti* [entreguei] até aquela
447 altura. E ela... Veio-me aquele dinheiro e ela queria que o mandasse para ela (irmã). A minha
448 irmã queria que o mandasse para ela. Ora se a minha mãe gastava... o meu marido tinha-a
449 levado ao lar São Pedro do Sul, porque ela já estava inscrita lá, e telefonei para lá que ia fazer
450 uma operação. O meu marido daquela idade e ela (mãe) também não a podia ter aqui. Depois
451 mandaram-na ir (para o lar). Tinha-me dado 50 euros, tinha-me dado 50 euros para eu olhar
452 por ela, a minha irmã (ofereceu-me). Depois eu disse ao meu marido para os levar (50€), para
453 dar entrada lá (no lar). Você veja... e depois o dinheiro que viesse (da segurança social), queria
454 que o desse à minha irmã. Se ela já estava no lar, eu é que tinha direito de aquela altura até
455 [impercetível], eu é que tinha direito de ficar com algum, que era para os gastos que eu tive
456 (enquanto a tive em minha casa). Mas eu não quis nenhum, eu peguei no cheque, fui ali ao
457 senhor C., que me faz as *escritas* [administração] e pô-lo todo *pa*... de onde ele veio, de onde

458 ele veio, foi para lá (segurança social) tudo! Que a minha mãe já não se encontrava comigo,
459 que a minha mãe se encontrava no lar São Pedro do Sul, e foi para trás. E ela (irmã) ficou lixada
460 comigo, telefonou-me e disse-me assim, que a minha mãe... a minha mãe e ela, que para nós
461 tinha morrido.

462 **E: Mas a D.^a N. fez aquilo que era mais certo.**

463 P: E depois se *mo* [me] pedissem (o dinheiro)?

464 **E: Pois, tinha que o devolver.**

465 P: Depois eu, *num* [não] ter para devolver.

466 **E: Pois.**

467 P: Ah pois. Não, que eu tenho um senhor que me faz a *escrita* [administração], que ele já
468 trabalhou na caixa, e ele sabe as coisas como elas são.

469 **E: D.^a N. eu queria-lhe agradecer muito por ter partilhado estes assuntos, sobre a sua vida,**
470 **sobre o seu marido. Chegamos ao fim desta entrevista. E queria-lhe agradecer a**
471 **disponibilidade que teve para colaborar neste estudo.**

472 P: Meu amigo, é como lhe digo, há horas para tudo.

Anexo V – Análise por categorias e mapeamento à CIF

ID1

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo		
	Trabalho	“Eu bordava e tinha (um) negociozinho (...) (já em) solteiro, veja lá.”	104-105
		“ (...) <i>dispois</i> [depois] fazíamos o que era nosso, <i>compremos</i> [compramos] um terrenito. Fazíamos (cultivar o campo) o que era nosso e ainda fazíamos o que era dos outros (...) ”	62-63
	Namoro	“... eu namorava com um rapaz há... já ia fazer 6 anos (...) mas os meus pais não era vontade de eu casar com ele... foi aquele... o grande amor da minha vida (...)”	25-26 36 35
	Casamento	“ (...) casei e fui para Amarante estive lá 6 anos e <i>despois</i> [depois] vim para aqui (Santão), para esta casa.”	19-20
		“O meu casamento foi (inspiração prolongada) uma tragédia (...) toda a vida foi o sacrifício porque realmente com quem (eu) gostava <i>num</i> [não] foi com quem casei.”	25 41-42
		“... eles (pais) a embrulhar-me, a embrulhar-me para <i>mor de</i> [?] eu casar com ele...”	31
		“... ao primeiro parecia que metia as pessoas pelo coração dentro, muito... muito... ah... meigo. Muito... muito... <i>ovidento</i> [?] mas de repente tinha um género muito elevado, ele era muito... Alterado (...)”	48-50 52
		“... costuma-se dizer que ‘um dia que não se berre numa casa, a casa não é governada’. Quer-se de dizer, uns dias de contente uns dias de zangado e assim se vai levando a vida (risos).”	84-86

		"Criei 6 filhos, <i>graças de adeus</i> [graça a Deus]. Todos muito trabalhadores, todos de vida, tenho alguns riquíssimos."	86-87
		" (...) nunca ia a lado nenhum. Ele não ia, também não gostava que eu fosse..."	128-129
		"Nisso ele nunca me berrou, para <i>mor de</i> [?] <i>eu ir</i> [para eu ir] (a casa dos filhos ao estrangeiro)."	131
		" (...) via as outras pessoas a poder andar e ele não podia, ficava todo revoltado. E depois só se revoltava <i>escontra</i> [contra] à mulher. Tudo o que eu dizia, tudo, não estava nada bem."	137-138 140
	Circunstâncias da perda	" (...) quando morresse queria levar música (...)."	70
		"Há 7 anos, que ele... já desde, tinha 55 anos <i>que</i> [quando] começou a ir aos médicos, adoecer. Começou a vir aquela doença ao sangue, cancro no sangue(...)"	157-158 159
		" 'Olhe, olhe o que ele pode durar é 2 ou 3 dias' (disse a médica). Olhe, durou 7 anos, veja lá."	169
		"Agarradito a uma... uma hora à bengala, outra hora a duas. E olhe, assim foi andando, e assim foi andando a adoecer. E começou a deixar de comer, a deixar de comer e depois só leite (...) chegou ao ponto que nem leite. Agora para o último... último... ano, estava a morrer."	186-189
		" (...) chegou-se ao fim e olhe. Já nem...nem, se punha em pé, começou-me a cair abaixo da cama. Um dia, partiu as costelas, a ambulância veio para o vir buscar e ele agarrou-se aos lençóis da cama a dizer que não ia (...)"	199-201
		" (...) foi um martírio, às vezes punha as mãos na cabeça e dizia: "Oh meu Deus, eu nem sei como estou viva" (...)"	206-207
		"... <i>ajeitei</i> [falei com] que assistente social lhe viesse cá ajudar a vestir e a lavá-lo todos os dias."	222-223
		"Sozinha, em sofrimento, muito sofrimento. Sofria ele e sofria eu, porque não tinha aqui filho nenhum que <i>ma</i> [me] ajudasse."	228-229
		"Já esperava! Nosso Senhor, eu dizia que se o levasse era um milagre de Deus, aquilo não era viver."	238-239
		" (...) não foi um ano, nem dois, uma doença assim, chega-se ao fim e fica-se saturada (...)"	253
		" (...) fui para o <i>oitro</i> [outro] quarto quando a menina nasceu. (E ele) já andava doente"	351 353
		" (...) e toda a gente recebia mais um bocadinho e a ele nunca lhe deram. E um homem tao paralisado, tão doente, com tantos problemas, sem uma perna..."	410-412
		" (...) passei aqui de noite e de dia, sozinha, sem a... A rapariguita (neta) tinha ido passar férias com a mãe. Eu sozinha, não tinha ninguém, que me ajudasse, só eu e ele."	433-435

		“(…) vi-o muito aflito, telefonei para Amarante, para a minha filha (…) E ela <i>veu</i> [veio] e ele durou meia hora, se não morria, e eu sozinha mais ele (…)”	439-440 422-423
Origens		“Era de Vila Verde. Em São João fui criada até aos 26 anos, em São João. Depois <i>tive</i> [estive] um ano em Vila Verde (…)”	18-19
Diversão		“(…) ele (marido) não era de passeios, ele custava-lhe andar, quando os filhos cá viesse ele... já nos tinham (filhos) levado a Braga, levado por exemplo a Guimarães (…)”	135-136
		“Eu não ia a lado nenhum. Era, era ir à <i>missita</i> [missa], e de resto...”	322
Meio		“(…) estamos num lugar que são muitas pessoas de idade, <i>num</i> [não] há com quem falar (…)”	303-304

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID1	431-432	“ (...) <i>num</i> [não] me sentia em pé bem, e da cabeça.”	Desde que o marido faleceu, há 6 meses	Nd-sm: saúde mental não definida
		242-244	“ (...) agora estou melhor, graça de Deus (...) já não tenho sofrimento de estar a vê-lo a sofrer, não é? Porque sofria ele e sofria eu. Agora já me estou a sentir mais leve da cabeça (...) ”		
		292-293	“ (...) nos primeiros tempos não saía de casa, nem... nem... Metia-me só na cama.”	Agora já não fica na cama e sai de casa	Nd-qdv: qualidade de vida não definida
		310-311	“ (...) eu tenho a minha reforminha (...) E agora tenho metade da dele (...)”		E5700: Serviços relacionados com a segurança social
		397	“Agora já posso (sair), aos poucos.”	O marido não saía e também não gostava que a mulher saísse	D750: Relacionamentos sociais informais
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID1	2	“ Olhe, sinto-me... em luto.”		B512: Funções emocionais
		307-308	“ Foi um bocado difícil de passar. Agora graça de Deus, já está, está a correr tudo bem.”		Nd-sm: saúde mental não definida
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID1	288-290	“Parecia que ele estava a bater à porta e parece que o via falar, que o ouvia a chamar por mim. Mas agora isso está já está a passar, sinto-me... sinto-me muito melhor (...) ”	Relatos habituais de pessoas enlutadas	B1560: Perceção auditiva
	ID1	299-230	“ (...) ficava na cama até às 11 horas, depois punha-me a pé, aquecia a sopinha...”		D230: Executar a rotina diária
		369-370	“ (...) começo a pensar nele (marido), e começo a rezar (...)”		D930: Religião e espiritualidade

		375-376	"... hei de começar a ir (...) Abrir as portas da casa da minha filha...e falar com este e falar com aquele"		D750: relacionamentos sociais informais
		376-377	"Abrir as portas da casa da minha filha, as janelas (...) Para ver se me sai mais esta dor (...) "		D650: Cuidar dos objetos da casa
		381 385	" (...) vejo televisão (risos). A televisão é uma companhia."		D9204: Passatempos ("Hobbies")
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID1	92-93	"Tenho 3 filhos e os filhos todos ajudaram (...) "		E310: Família próxima
		265	"Eles (filhos) estão no estrangeiro e todos os dias me telefonam."		E310: Família próxima
		279-280	" (...) ainda tenho ali mais injeções (medicação) para tomar <i>cu</i> [que o] médico me receitou <i>pá</i> [para] a cabeça."		E1101: Medicamentos
		415	" (...) agora, quando eu <i>arrecebi</i> [recebi] do funeral (...) "	Apoio da Segurança Social	E5700: Serviços relacionados com a segurança social
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID1	452	"Gosto de ir até ao quintal (...) "	O que mais gosta de fazer	D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		457	" (...) acho que é de fazer o comer, que não tenho quem coma."	O que menos gosta de fazer	D6301: Preparar refeições complexas

ID2

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“(…) comia por lá, e eu muitas vezes (fazia o) comer outras vezes nem fazia e era assim, depois apanhei uma fraqueza.”	330-331
	Estudo		
	Trabalho	“Bordava (…)”	322
	Namoro	“Eramos vizinhos.”	74
		“(…) o primeiro não foi, tive muitos namorados (risos). Eu tinha muitos namorados, o A. é que... o meu <i>home</i> [homem] é que gostou de mim desde novita.	76-77
		“Foi no Santiago, no dia 24 de julho (que começamos a namorar) (…)”	94
	Casamento	“Convivia com ele, e às vezes estava com o meu cunhado aqui à beira, tínhamos muito amigos, que nos vinham muito visitar (…)”	53-54
		“(…) <i>casemos</i> [casámos] em julho (…)”	94
		“Dávamos bem, eu dava-me bem com ele porque eu aceitava tudo (…)”	295
		“A tarefa sempre fui eu que a tive menina, eu até da minha vida, da minha casa e tudo fui eu que a resolvi sempre. Porque o meu <i>home</i> [homem] não queria nada, tinha tudo sempre e quando queria as coisas precisava e pedia-me (…)”	403-405
		“(…) estive casada 54 anos. “	637-638
		“(…) eu fiz a minha casa, fiz tudo, sempre foi tudo feito por mim, foi tudo feito pelo meu critério.”	690-691

	Circunstâncias da perda	"Eu tive muita paciência, eu tive muita paciência, e é por isso que agora agradeço muito a Deus, Nosso Senhor, isso! Por me dar aquela paciência <i>por</i> [para] olhar por ele com todo o carinho, até à última da hora da <i>morte</i> [da vida]."	109-112
		"Ficou em neurologia, porque aquela doença ataca, aquela doença ataca os nervos (...)"	164-165
		" (...) e ele (médico) disse que eu... que era melhor ele ser operado, que era melhor ser operado, e eu não aceitei."	177-178
		" (...) e ele disse: 'Oh senhora Doutora vai-me prometer que eu vou ficar bem?', e ela disse: 'Eu não lhe prometo nada, só prometo-lhe a 'faca'.'"	219-221
		" (...) agora ir eu aceitar o meu marido a ser operado sem ele quer, e eu ir aceitar que ele fosse? Não, não."	232-233
		" (...) tinha (...) a língua de cor de tijolo, ao terceiro dia tinha a linguinha metida toda na garganta, só se via assim a pontinha. Tinha assim a língua metidinha assim na garganta, e nessa noite faleceu (chora)."	244-246
		" (...) começou a acamar há quatro anos (...)"	256
		"A doença dele já é desde nascença, mas só aos 40 anos é que se manifestou."	259
		"E eu fiz de tudo, eu digo-lhe é isso que me põe... me faz andar tranquila no mundo, porque eu ando tranquila, porque eu fiz tudo por ele e nada me pesa."	274-276
		" (...) eu aceitava tudo o que Deus me dava, eu nem sei como aguentava estas coisas todas."	296-297
		" (...) deitava-me à meia e às três horas já estava a pé, às vezes só me encostava na cama para dormir um soninho para <i>morde</i> [para] trabalhar, que nada faltasse."	318-320
		" (...) passei muitos anos, que <i>num</i> [não] tinha uma noite de sossego, não tinha sossego <i>porqui</i> [porque] ele estava doentinho, passava ali a noite, em claro."	606-608
		" (...) gastei muito dinheiro, muito dinheiro com o meu <i>home</i> [homem], muitos contos, muitos milhares de contos (...)"	634-635
Origens		"Nasci em Vila Verde (...)"	36
Diversão		"Não ia a festas. Só ia a Fátima e á Penha, ia com os meus sobrinhos pequenos, e eu ia mais eles, e íamos assim com o meu A. (marido)."	64-65
Meio		" (...) bordar com a... ali... aqui era á luz, aqui já tinha luz na minha casa, mas quando morava lá no soto (não tinha luz)."	322-323

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID2	362-363	“Após o meu marido falecer (a minha vida) melhorou (...) de <i>num</i> [não] ter tanta vida, tantos <i>encarregos</i> [encargos] (...)”	Porque antes tinha os encargos de cuidar do marido acamado	Nd: não definido
		367-368	“ (...) sou mais livre, se tiver de sair não tenho de pedir autorização a ninguém (...)”		D2303 – Gerir o seu próprio nível de atividade
		445-446	“ (...) quando eu... o meu A. (marido) me faltou, só ia à missa (...)”	Deixou de ser cantora na igreja durante os primeiros tempos de viúva	D930: Religião e espiritualidade
		603	“ (suspiro profundo) Alterou a minha na saúde para melhor <i>num</i> [não] é?”	No sentido que tem maior descanso, não tem tantos encargos	Nd-sg: saúde geral não definida
		621-622	“ (...) eu tinha uma <i>reforminha</i> [reforma] dele (marido), mas agora também não tenho despesas com ele (...)”		Nd: não definido
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID2	2-3	“ (...) sinto-me em luto sempre, eu acho que vou sentir o luto toda a minha vida (chora)”		B152: Funções emocionais
		3-4	“ (...) posso andar com uma roupa mais de cor, mas o meu coração está sempre triste.”		B152: Funções emocionais
		20-21	“ Ele faltou-me, está no outro mundo, mas está no meu coração (chora) em todos os momentos (...) ”		B152: Funções emocionais
		438	“ (...) às vezes estou aqui em casa de dia, agoniada (...)”		B152: Funções emocionais
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID2	449 451-452	“ (...) fui lá para o meu sítio (cantar) (...) mas fui a chorar (...) Chorava e chorei e choro muitas vezes, canto e choro, e é assim (...)”	Depois da morte do marido voltou a ir cantar para a igreja	B152: Funções emocionais

		491	"A gente fala, mas o que sente é outra coisa, a gente sente uma dor tão grande (...)"		B152: Funções emocionais
		608	" (...) hei Senhor, nem é bom falar nisto."	Falar na doença do marido	Nd-sm: saúde mental não definida
		666-667	" Já não há aquele gosto de viver, como eu tinha (...)"		B152: Funções emocionais
		668-670	"Enquanto tinha o meu <i>home</i> [homem] tinha tudo. (...) faz-me falta a companhia, pelo amor que eu tinha, <i>num</i> [não] é?"		Nd-qv: qualidade de vida não definida
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID2	438-439	"Tento sair de casa (...) <i>espalhar</i> [para distrair]."	Para não pensar no marido	D750: relacionamentos sociais informais
		534-536	" (...) <i>atimo</i> [arrumo] (...) vou lavar alguma roupa, ou meter na máquina (...) apanho a roupa (...)"		D6400: Lavar e secar roupa D6403: Utilizar aparelhos domésticos
		535	" (...) vou para o quintal (...)"		D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		538	"Faço a minha comida!"		D630: Preparar refeições
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID2	538-539	" (...) vou ali ajudar a (minha cunhada a) olhar por ela (por uma senhora)."		D6600: Ajudar os outros nos autocuidados
		539	" (...) de tarde vou dar uma <i>passeito</i> [passeio]."		D4501: Andar distancias longas
		556-558	" (...) vou ver assim umas pessoas doentes, vou e passo assim (o dia)."		D660: Ajudar os outros

		558-559	“ Vou até (...) (à) minha cunhada (ela) tem sobrinhos pequeninos e também estou lá um bocadinho (...) ”		D7603: Relacionamentos com outros parentes
		660	“ (...) gosto de falar, para ter algum alívio, ter alguém que me <i>escuite</i> (escute) (...)”		D750: Relacionamentos sociais informais
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID2	542-543	“ (...) quando é para arrumar, assim a fundo, chamo uma mulher para me ajudar (...)”		E340: Prestadores de cuidados pessoais e assistentes sociais
		563-564	“ (...) recebi muitos apoios bons, muitas pessoas, foram todas muito impecáveis comigo...”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		564	“ (...) os meus vizinhos que me chamavam para ir lá almoçar (...)”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID2	573-574	“A minha cunhada também foi muito minha amiga, à noite trazia sempre sopa, a sopa.”		E315: Família alargada
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID2	445	“Na igreja sou cantora (...) ”	O que mais gosta de fazer	D930: Religião e espiritualidade
		478-479	“ (...) para <i>morde</i> [para] ajudar a viver, <i>num</i> [não] é?”		
		660-661	“ (...) gosto de fazer a minha vidinha de casa.”	O que mais gosta de fazer	D640: Realizar as tarefas domésticas
		697	“ (...)gosto de fazer tudo. Gosto de ajudar os outros (...)”	O que mais gosta de fazer	D660: Ajudar os outros

ID3

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo	“ (...) andei no curso de enfermagem (...) andei a estagiar ainda no hospital de São João.”	59-60
	Trabalho	“ (...) comecei a trabalhar de eletricista, entretanto fiz o meu tempo de tropa (...)”	60-61
		“Andei a (trabalhar como) massagista (...)”	208
		“ (...) até que me reformei, só pelo facto que, realmente a ter que acompanhar na doença dela (...)”	96-97
	Namoro	“Não, não foi a minha primeira namorada.”	159
		“ (...) quando já namorava para a D., já namorava para a minha esposa, para a minha mulher. Eu gostar, gostar, gostava da minha mulher (...) ”	165-166
		“Namorei com ela, ora, 7 (anos), eu tinha praticamente 17 anos, e ela tinha 14 (...) ”	168-169
		“ (...) eu ia mais um rapaz (...) (...) saíamos. (...) passava ali por Caíde (...) <i>calhemos</i> [calhamos] de passar, e elas estavam lá as duas (...) <i>posemos</i> [posemo-nos] ai na conversa e... E foi ai que comecei a namorar para ela (...)”	172 175 176-178 180
		“E eu estava na tropa, à noite, às vezes, vinha por lá (...) e foi assim o nosso namoro (...)”	181-183
	Casamento	“ (...) a data em que casei com ela, eu tinha 24 (anos), ela tinha 21 (anos) (...)”	62-63
		“Casei pronto, depois fiquei a viver em casa dos meus pais 12 anos. (...) depois fiz a minha casa, e vim para aqui (...)”	64 66

		<p>" (...) eu ia para a caça, ela podia-me dizer 'Oh <i>home</i> [homem] vais gastar dinheiro, vais coisa...'</p> <p>Não senhor, sempre disse: "<i>Home</i> [homem] tu vai, não te aleijes <i>home</i> [homem], tu não te aleijes" (...)"</p>	81-82 84-85
		<p>" (...) os 37 anos que vivi com a minha esposa, nunca tivemos problemas nenhuns com o outro. Evidentemente, tínhamos por vezes as nossas chatices, não é? Porque, casa (que não é) ralhada, não é governada, mas não é menos verdade que, nunca cheguei ao ponto de bater na minha mulher, nunca! Nunca!"</p>	86-90
		<p>"Tivemos 5 filhos (mas) (...)</p> <p>(...) o meu menino (filho) morreu-me há 38 anos (...)</p> <p>(...) aqui na estrada, com 4 anos."</p>	316 195-196 198
		<p>"(...) eu estava a pensar fazer uma casita, e ele (irmão) disse: "Faz uma casa lá (em) cima, no meu terreno."</p>	206
		<p>" (...) eu era uma pessoa ,que me dava muito bem com a minha esposa, éramos um casal muito feliz, muito feliz mesmo."</p>	332-333
		<p>"A minha relação com a minha esposa, não podia ser melhor, era a coisa mais pura que tínhamos."</p>	242-243
		<p>" (...) quase sempre que ia, eu acompanhava-a, e ela acompanhava a mim."</p>	247-248
	Circunstâncias da perda	<p>"A minha esposa era..., tinha um cancro no estômago (...)</p> <p>e entretanto é operada e..."</p>	21 23
		<p>" (...) fui estar com a médica que a operou, onde ela me disse, que ficou tudo muito bem (...) passado meia dúzia de dias, tive que a levar a correr para o hospital, que ela estava muito mal, em que depois me disseram, que lhe foi ofendido o pâncreas.</p> <p>(...) e foi isso que praticamente que a matou (...)"</p>	26-29 36-37
		<p>"Depois veio, e foi para lá passado meia dúzia de dias, e estive desde junho até agosto no hospital internada."</p>	38-40
		<p>" (...) depois lhe deu um AVC.</p> <p>O AVC não foi que a matou! Quem a matou foi precisamente o problema...</p> <p>(...) se realmente (não) lhe é [fosse] ofendido o pâncreas, a minha mulher ainda hoje poderia ser viva, não é? E morreu!"</p>	41-43 44-45
		<p>"Ela tinha todas as comodidades, ela estava no sofá articulado que aqui estava."</p>	150-151
		<p>"Ficava sempre aqui alguém, ou eu, ou a minha filha, ou as minhas noras, ficavam aqui com ela."</p>	151-152
Origens			
Diversão		<p>" (...) saia ao sábado, se for preciso o [ao] meio-dia ia para a caça, e aparecia no domingo de madrugada."</p>	69-70
		<p>" (...) se não houvesse caça, era (ver) o futebol (...) E jogávamos um bocado de bilhar (...)"</p>	231-233
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID3	275-276	“Aquele alegria que eu tinha de viver, passou, acabou, acabou.”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		282	“ (...) ia ao passeio da junta, para mim, isso tudo acabou (...)”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID3	2-3	“Sinto-me sempre luto, enquanto for vivo (fala emocionado), não tenho e hipótese de viver nesta escuridão (...) ”		B152: Funções emocionais
		3-4	(...) a coisa melhor que eu tinha na vida, que era a minha esposa, levaram-ma. (...) perdi a minha esposa, perdi os meus pais, perdi um filho, perdi um irmão... não tenho mais nada para perder, só me resta a mim.”	Frequência de lutos: provavelmente não resolvidos	B152: Funções emocionais
		6-7	“Quando Deus me quiser levar, também pode fazer (...) mesmo amanhã que fosse, não me deixa pena nenhuma.”	Perda do sentido de vida	Nd-sm: saúde mental não definida
		14-17	“ (...) morte tão estúpida, tão estúpida, que a verdade é uma, custa-me a compreender (...) [não] foi (...) a doença em si, que ela tinha, que a matou (...) Eu para mim, foi o hospital (...)”	Revolta	Nd-sm: saúde mental não definida
		294-295	“A pessoa morreu, mas o amor continua! E o amor ao continuar, também continua a tristeza (...) ”		B152: Funções emocionais
		305-306	“Mas falta-me aquela pessoa (esposa), com quem partilhava todos os dias (...) ”		B152: Funções emocionais
	ID3	308	“ (...) morreu a pessoa, mas o amor não morreu, o amor ficou.”		B152: Funções emocionais
		318-321	“ (...) faleceu (esposa), e eu sei que não a volto a ver, <i>num</i> [não] é. Eu sei que acabou, mas (...) só quando eu morrer é que este amor vai embora (...) ”		B152: Funções emocionais ou

		334-335	“ (...) <i>trabalhemos</i> [trabalhamos] muito, mas todo esse tempo foi compensado, só não foi compensado na morte, que a levaram cedo de mais.”	Sentimento de raiva	B152: Funções emocionais
		418-419	“ (...) quando tenho de falar da minha esposa (fala emocionado), dói muito, muito, muito!”		B152: Funções emocionais
		421	“Tantas pessoas aceitam (a perda), e eu não aceitei.”		Nd-sm: saúde mental não definida
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID3	358	“ (...) mantenho o meu dia-a-dia, a olhar para os cães, olhar pelas galinhas e perus (...)”		D6506: Cuidar dos animais
		413-414	“ (...) vou todas as quartas feiras e fins de semanas sempre ao cemitério (...)”	Vai com a filha assear a campa e coloca sempre duas velas	D930: Religião e espiritualidade
		412 415-416	“ (...) para perder a dor dela, é o que eu faço, é distrair-me (entreter-me) (...)” “ (...)no quintal, ir para a caça, treinar os cães (...) (e) ler o jornal (...) ”	Enquanto está entretido não pensa na mulher que já partiu	D6505: Cuidar das plantas de interior e de exterior D9204: Passatempo (“Hobbies”) D9202: Arte e cultura
	ID3	423-425	“ (...) [às vezes] vou por ali adiante, andar um bocado. Porque se estiver aqui em casa (...) é uma solidão enorme (...) ”		D4501: Andar distâncias longas
		432	“ (...) ao domingo vou à missinha (...)”		D930: Religião e espiritualidade
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID3	471	“O apoio foi da minha filha e dos meus filhos (...) ”		E310: Família próxima

3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID3	479	“ (...) o que eu mais gosto é da caça (...)”	O que mais gosta	D9204: Passatempo (“Hobbies”)
		479-480	“ (...) viver com os meus filhos (...) em qualquer convívio.”	O que mais gosta	D7600: Relacionamentos entre pais e filhos

ID4

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“A primeira casinha... primeiro fomos para casa de um tio (...)”	5-53
		“ (...) compremos [comprámos] aquela territa lá em cima e fizemos a casita (...)”	55-56
		“Ao primeiro (...) fiquei a dever muito dinheiro da casa (...) eu pedia á família (...)”	64-66
		“(...) quando ele foi para a França já tinha 3 (filhos) e quando foi para a Alemanha já tinha <i>oitro</i> [outro].”	75-76
		“A gente ficava com os livros (dos rapazes) para acabar de ler e depois dávamos. E lia muito. Quando era solteira...”	150-151
	Estudo	“ (...) entrei para a escola com 7 anos (...) fui para a escola até ao natal (...)”	97-99
		“E não fui para a escola, ela (mãe) não me deu a bata <i>num</i> [não] fui para a escola.”	110-111
	Trabalho	“Eu entrei para escola, mas eu já trabalhava <i>num</i> [não] é, já ajudava muito nos servicitos (bordados e recados).”	94
	Namoro	“ Não foi o meu primeiro já namorei com outros mas ele foi mais seguido.”	16
		“ (...) <i>namoremos</i> [namorámos] quase 2 anos, depois casámos.”	30
		“ (...) jogava às cartas, eles juntavam-se ali. Juntávamos ao domingo todos juntos a jogar às cartas e depois namorávamos um pouquinho (...) Às vezes íamos a uma festita que houvesse aqui por perto (...) ”	20-21 25-26
	Casamento	“Aí o nosso casamento foi muito... muito fraco!”	32

		" (...) fomos à igreja, olhe, por (aí) abaixo, (pelas ruas) a pé."	34
		"Não era vestido branco nem nada, não havia, não havia roupa, ninguém ia de branco nessa <i>maré</i> [tempo]."	36-37
		" (...) sentava-me na cama a escrever as cartas, que ele (marido) queria que eu escrevesse muito, aí... aí queria saber tudo, o que aqui passava."	130-131
	Circunstâncias da perda	" (...) o aparecimento do problema do meu marido <i>cuido</i> [penso] que foi há muito..."	162
		" (...) foi para Alemanha, fez lá um tratamento, mas <i>num</i> [não] chegaram a descobrir."	167
		" (...) de vez em quando dava-lhe aquelas dores (nos intestinos)."	168
		" (...) fizeram-lhe uma operação à... à vesícula, tirou-lhe a vesícula e esteve muito mal. E foi assim, e depois então andava na <i>fisio...</i> fisioterapia (...)"	180-181
		" (...) quando foi fazer uma (radiografia) até ao fim aquilo acusou mas já <i>num</i> [não] foi a tempo."	190-191
		" (...) foi, quê 4, 5 meses não foi muito mais. Nunca pensei (...)"	204-206
		" (...) porque ele tinha feito, aquele, aquele exame como eu já tinha feito. " (...) eles disseram que (ele) não tinha nada. Por isso é que eu digo ou eles trocaram ou não tinham completo, não fizeram bem. Porque eles às vezes também trocam os exames, já tenho visto filmes e vejo."	206 208-210
Origens		" (...) a minha mãe era muito doente (...) passava todos os invernos passados na cama."	103-104
		" (...) a minha mãe mandou dizer que também arremediou sem estudar, também <i>num</i> [não] estudou, também arremediava."	113-114
Diversão		" (...) a jogar às cartas, a ler livros, a fazer malha."	44
		" (...) ele ia passear com os amigos mas eu ficava sempre em casa arranjar a minha vida, só quando ia assim a casa de pessoas ou passear."	62-63
		" (...) às vezes passava noites quase inteiras (fala baixinho) a ler livros (...)"	137
Meio		" (...) comecei a fazer por ir mas tinha vergonha, porque por aqui ninguém ia, era só homens que se via no café."	313-314

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID4	221	“ (...) fiquei sozinha com os filhos.”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		238	“ (...) a minha saúde é mais ou menos, até pelo contrário num [não] é mais ruim. ”		Nd-sg: saúde geral não definida
		276	“ (...) tomo calmantes. ”		E1101: Medicamentos
		263-264	“ (...) depois que ele morreu, a bem dizer nunca mais fiz nada, nunca mais ganhei dinheiro. ”	Trabalho: bordados em casa	D8452: Sair de um emprego
3.b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID4	6	“ O meu coração está sempre em luto. ”	Pelo marido e pelo filho	B152: Funções emocionais
		274	“A dor vou espalhando. Vou confrontando com a vontade do Senhor. ”		D930: Religião e espiritualidade
		280	“ (...) chorava para lá sozinha (...)”		B152: Funções emocionais
		290-291	“(...) metia-me acolá em baixo , num buraco (...) chorava alto, mas chorava muito. Ainda agora choro muito , ainda agora choro muito por eles (filho e mardo) (...) ”		B152: Funções emocionais
3.c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID4	372 374 376	“Muitas vezes leio aqui isto. (...) a oração da manhã. (...) e agradeço a deus. A minha vida a Deus...”		D930: Religião e espiritualidade
		409	“ (...) li muitos (livros) , li da Rosa do Adro, li o de <i>Amor e perdição</i> [Amor de perdição] (...)”		D9202: Arte e cultura

		433	"A ler assim algumas coisas (livros e orações) (...)"		D9202: Arte e cultura
		438-439	" Vejo televisão , agrada-me ver assim alguns... filmes . (...) destas telenovelas. "		D9204: Passatempos ("Hobbies")
3.d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID4	457	"Tive dos meus filhos. "		E310: Família próxima
		262-263 461	" (...)a minha reforma era muito pequenina mas veio um bocado da reforma dele . Não sei quanto, três partes ou não sei quê, e juntaram á minha. (...) é uma ajuda (...)"		E5700: Serviços relacionados com a segurança social
3.e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID4	502	"Do que eu gosto mais é de ler. "	O que mais gosta	D9202: Arte e cultura
		525	" (...) o que menos gosto e sempre gostei menos, foi de fazer o comer. "	O que menos gosta	D6301: Preparar refeições complexas

ID5

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo		
	Trabalho	“(…) era doméstica…”	64
	Namoro	“Não. Tive vários namorados e aquele foi o que me agradou mais (…)”	18
	Casamento	“O meu irmão veio lá a casa e ele <i>veu</i> [veio] <i>támem</i> [também] e eu estava lá. <i>Comesemos</i> [começamos] a falar um com o <i>oitro</i> [outro] e olhe em meio ano…”	20-21 24
		“(…) depois de casar fiquei em casa do meu pai uns dois ou três anos e depois vim para aqui (…)”	15-16
		“(…) 9 meses (de namoro) <i>casemos</i> [casamos].”	26
		“Dava-me muito bem com ele.”	28
		“Falávamos pouco, mas guardava-me muito respeito (…)”	30
		“Passeávamos muito, íamos sempre onde eu dissesse (…)”	54
	Circunstâncias da perda	“(…) foi um cancro no intestino.”	184
		“Foi fazer um exame e depois acusou.”	188
		“(…) o médico marcou logo para ser operado. Depois (foi) operado umas duas ou três vezes. (…) o que (os médicos) haviam de ter cortado, não cortaram…”	190-191 194-195
		“(…) ele esteve (acamado) desde os Santos, até falecer.”	199

		" (...) estava o meu filho e estava a minha cunhada, e eu (a cuidar dele)."	207
		" (...) dava muito conforto, dizia-lhe: 'Deixa lá, olha que o médico disse que ao fim de meio ano voltava a colocar o intestino, e depois <i>sara</i> [cura]' Estava sempre aquela esperança."	212-213 215
Origens			
Diversão		" (...) dávamos muitos passeios. Tinha muitos almoços (...)"	56-57
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID5	82-84	“(…) agora (…) abro a porta para falar com ela (vizinha), dar duas falas.”	Quando tinha o marido não fazia isso, andava na sua vida	D7501: Relacionamentos informais com vizinhos
		87	“ A minha saúde mudou, cada vez pior. ”		Nd-sg: saúde geral não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID5	12	“Por dentro sinto-me triste, muito triste. ”		B152: Funções emocionais
		110	“ É aguentar a dor (…) ”		B152: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID5	124	“Tento me distrair, vejo um bocado de televisão... ”		D9204: Passatempos (“Hobbies”)
		112	“ Para distrair começo, às vezes, a cantar. ”		D930: Religião e espiritualidade
		114	“A cantar, ali, o Avé Maria, o mês de maio (…)”		
		117	“(…) às vezes começo a rezar e acabo por adormecer ou distrair-me (…)”		D930: Religião e espiritualidade
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe?)	ID5	148	“ Os meus filhos é que me ajudam... ”	E às vezes vai comer a casa do filho	E310: Família próxima
		131	“Fui a Lisboa (passar uns dias a casa da filha) (…)”		
		150-153	“O meu filho vem cá todos os dias... Ajuda (…)”		
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID5	166-167	“ Gosto da casinha arrumada , toda a vida gostei.”	O que mais gosta	D650: Cuidar dos objetos da casa
		164	“ Não gosto de deixar a louça de noite para de manhã (…) ”	O que menos gosta	Nd-qdv: qualidade de vida não definido

ID6

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo		
	Trabalho	“(…) (ele) ajudava (-me) também aqui, nos bordados, ajudava a riscar e a <i>bornir</i> [passar a ferro].”	74
		“Eu gostava do meu trabalho, olhe, gostava de riscar, lavar, passar a ferro.”	150
		“E fazia sempre uma, duas noitadas, por semana, sem ir à cama. Estávamos a preparar, por semana, 170 camas!”	161 169
	Namoro	“(…) os meus pais não deixavam namorar, a gente era só assim, a refugiada.”	34
		“A gente antes (namorava) era por cartas, depois passava-se aqui, ou ali, dava <i>duas de treta</i> (conversávamos).”	37-38
		“(…) foi e depois trouxe-me... parece que foi cavacas e decerto foi aí, que a <i>coisa</i> [o interesse] ficou assim (risos).”	50-51
	Casamento	“Eu casei, tinha 20 anos.”	57
		“(…) o meu falecido pai arranhou-nos. Arranhou-nos isto, a gente comprou.”	85-86
		“(Tive) Três meninas.”	88
		“Nós <i>dávamos</i> [dávamo-nos] bem, havia sempre assim umas coisas, sabe como é...”	100
		“Sabe como é... às vezes, dizia coisas que eu <i>num</i> [não] gostava. E eu ficava mais sentida (…).”	104-105
		“De inverno lavava-me sempre a louça por causa das frieiras (…).”	116

	Circunstâncias da perda	“ (...) quando lhe deu a dor na cabeça, aquilo (veia arrebentou) (...) Depois encheu-se cheia de sangue, a cabeça, e o sangue fez estragos (...) O sangue espalhou-se pela cabeça, e ficou assim, paralisado de um lado. E ele não engolia, teve de estar com a sonda, ano e meio que ele esteve com a sonda.”	242-245
		“ (...) e começou assim a abrir os olhitos, depois veio para casa, ainda falou, ainda falou e ainda vinha com a sonda (...)”	266-267
		“ (...) depois deixou de falar (...) Tinha-se de expirar, tinha-se de expirar, que ele deitava a expetoração para fora (...)”	271-272
		“ (...) andou na fisioterapia (...) (...) até ao meio ano, ele ainda melhorou, ele agarrava-se aqui ao balcão, já andava assim aos bocadinhos (...)”	276-280
		“ (...) na noite que faleceu, de sábado para o domingo, foi a minha M. A. (filha) que ficou aqui (chora), era 1 da manhã.”	281-282
Origens			
Diversão		“ ... quando fomos a Israel, fomos dar esse passeio.”	15
		“Os divertimentos... só se fosse, (ir) a uma <i>posição</i> [procissão] (...) Agora para bailaricos, e para andar no meio de tanta gente, ele <i>num</i> [não] gostava.”	18-21
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID6	320	“(…) mudou tudo . Ficou de ‘pernas para o ar’ (…)”		Nd-qdv: qualidade de vida não definida
		323-324	“(…) entreguei (o trabalho) às minhas filhas . Só fiquei com umas encomendas, para me ir entretendo, não é?”		Nd-qdv: qualidade de vida não definida
		361-362	“Olhe a festas, eu nunca mais fui , eu também já não gostava muito.”		Nd-qdv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID6	370-371	“(…) estou aqui (em casa)... se me apetecer chorar, choro (chora) (…)”		B152: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID6	376	“(…) rezo todos os dias o terço .”	E quando pensa muito no marido, reza para ficar melhor	D930: Religião e Espiritualidade
		383-384	“ Eu de noite, quando começo assim, a pensar assim nestas coisas (no marido), começo a rezar (chora).”		D930: Religião e Espiritualidade
		392-393	“(…) se houver missinha, vou à missa (…)”		D930: Religião e Espiritualidade
		392-394	“(…) vou soltar a minha cadela, vou-lhe dar de beber .”		D6506: Cuidar dos Animais
		398-399	“(…) tenho duas galinhas, vou lá ver se ela puseram (algum ovo), vou lá dar de comer (…)”		D6506: Cuidar dos Animais
	ID6	401-402	“(…) e digo assim: ‘ Vou! Vou (sair com a filha) para aliviar a cabeça’.”		D7600: Relacionamentos entre pais e filhos

		426	"De vez em quando vou lá vê-la (irmã), e é no que eu ocupo (...)"	Ajuda a irmã	D660: Ajudar os outros
		433-434	"Quando é de inverno (...) Fiz pelo Natal uns <i>paninhos</i> [bordados] (...)"	Para oferecer às netas e filhos ou para usar em casa	D9203: Artesanato
		450	"Trabalhar (lida doméstica), para não me lembrar tanto (do marido) (...)"		D230: Executar a rotina diária
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID6	399-400	"Às vezes, a minha L. (filha) chega aqui, e diz: 'Oh minha mãe, vou aqui, vou ali, quer vir comigo?'"		E310: Família próxima
		440	"Só foi das minhas filhas."		E310: Família próxima
		442	"E as pessoas (vizinhas) também (...)"		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID6	454	"É de andar por lá (a passear com as filhas) (...) às vezes, não gosto muito."	O que menos gosta de fazer.	D9205: Socialização

ID7

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“A minha mãe deixou-me com eles (avós), tinha eu 5 anos.”	15
		“ (...) e vivi com eles até à idade dos 9 anos, mas fui educada pelo meu avô que era lavador, ensinava-me a fazer as coisas do campo (...)”	23 - 24
		“ (...) a minha avó ficou ceguinha, teve que ir para casa de uma filha, e eu fui pra Lisboa com os meus pais (...)”	26-27
	Estudo	“ (...) o meu pai ainda me quis meter na escola mas eu já era muito crescida e já tinha vergonha, já não quis. E depois essa a vontade levou-me aprender (sozinha).”	162-164
	Trabalho	“ (...) meu pai era padeiro, tinha uma venda de pão (padaria)... e eu ajudava o meu pai, a vender o pão.”	36-37
		“ (...) comecei a trabalhar, ainda não tinha 14 anos... fui aprender o ofício, aprender a costura (...)”	37-38
		“Eu trabalhei sempre na alta moda (...)”	40
		“Depois quando chegou a altura de (me) reformar meti os papéis.”	82
	Namoro	“Depois o meu marido é que foi mesmo... quando o vi, a coisa foi mesmo a sério.”	175
		“Foi... e... ele estava lá na tropa... e depois, conheci-o.”	45
		“Comecei a namorar com ele... 17... 17 anos (...)”	46
		“ (...) quando a gente namorávamos, era assim. Ele ia-me buscar ao trabalho quando... quando estava cá ia-me buscar ao trabalho.”	130-131
		“ (...) a gente procurava também saber sempre para onde é que íamos não é? Que era para transmitir aos namoros, a minha irmã ao dela e o meu não é?”	141-142
	Casamento	“ (...) casei aos 19, e pronto!”	47

		"E trabalhamos os dois, sempre até que viemos para cá. Depois ele reformou-se, veio para cá e eu vim antes de... de atingir a reforma..."	57-58
		"Tive, 2... 2 filhas, (mas morreu uma)."	60
		"Depois de casado é que ele fez <i>viages</i> [viagens]... (...) Dezoito meses, ano e meio."	98-99
		"Estava lá ele no barco de guerra (...) E era por nave carta (que a gente falava)."	102 104
		"A gente deu-se sempre muito bem... deu-se sempre muito bem."	117
		"Sempre muito bem (...)"	197
		"Ele não gostava também (de) ir nas <i>camionetes</i> [autocarros]e... (...) Mas deixava-me ir."	246- 247 249
		" (...) em Lisboa também passeávamos muito. Ao domingo e assim... e depois agente dava bons passeios."	252- 253
	Circunstâncias da perda	"Começou a ter a primeira trombose, depois atrás da primeira, vinham as outras todas (...)"	262
		"Até que foram aparecendo outras doenças, como o tumor na próstata... e coisas assim... ataques epiléticos (...)"	266- 267
		"Foi mais de 1 ano que ele <i>teve</i> [esteve] acamado."	271
		"Ele (fisioterapeuta) vinha cá fazer pelo menos 3 vezes por semana, porque ele enquanto pode ia lá, depois não tinha, não tinha capacidade (...)"	276- 277
		"Fez-se tudo o que se pode, comprei a cama articulada, comprei a cadeirinha para por o bacio para ele se sentar."	278- 279
		"Os médicos nunca descobriram (que) tinha alguma úlcera que rebentou-lhe (...)"	285- 286
		"No hospital, mandaram-no para casa, todo em ferida, e eu curei-o."	294
		" (...) não descobriam de onde é que vinha aquilo. <i>Diz</i> [Diziam] que foi um antibiótico que ele não reagiu bem àquilo, e depois o corpo dele ficou todo uma chaga."	309- 311
		" (...) o meu sobrinho também vinha cá todos os dias ajudar, e duas (pessoas) ali do Roço (Apoio domiciliário)... também vinha cá todos os dias para me ajudar (...)"	315- 316
Origens		" (...) fui nascida na aldeia (...)"	14
Diversão		"Eu era danada para cantar o fado e chegava mesmo a juntar multidões à minha volta a cantar..."	150- 151

		"E eu gostava de cantar, gostava muito de ir a um baile."	152
		" (...) comíamos, ele lavava a loiça, eu limpava e ia-mos passear. Íamos ao cinema, íamos... às vezes íamos tomar um café (...) e ver as montras, e... passear, pronto!"	203-205
		"Depois de casada... não... Não, nunca mais fui (a bailes) porque ele não gostava."	210
Meio		"A gente não era como agora, em que agente chegava ali e ia passear com o namorado e ia pra ali e para aqui..."	87-88
		" (...) não podíamos dizer sempre o que queríamos, havia a censura."	117-118
		" (...) chegávamos a andar na rua e às vezes estávamos assim parados na rua a conversar, e julgarem que as pessoas eram da PIDE e... e deitavam a mão às pessoas e ... levavam-nas. Era muito difícil..."	127-129

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID7	335	“(...) mudou muita coisa, não tenho a companhia dele (...)”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		335-336	“(...) não tenho aquela vontade também de me expor a ir para ali e para aqui. ”		Nd-sm: saúde mental não definida
		339	“(Saúde) Cada vez pior... cada vez pior. ”		Nd-sg: saúde geral não definida
		356-357	“(...) tinha o ordenado por inteiro, depois começou a receber... a reforma, já foi menos, não é? ”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID7	2	“Eu sinto-me em luto, sinto... ”		B152: Funções emocionais
		5-6	“ Nos primeiros anos (que ele faleceu) custou-me mais. (...) e custa-me, não é?! ”		B152: Funções emocionais
		267-268	“(...) nem gosto de falar nestas coisas (doença do marido) que se não... meche comigo. ”		B152: Funções emocionais
		292-293	“ Antes quero estar sozinha... e chorar a morte dele, do que estar... a sofrer aqueles momentos, aqueles dias que eu sofri ali sozinha.”		B152: Funções emocionais
		446	“E eu não queira sair da minha casa. Às vezes nem dizia (à filha que estava mal). ”		B152: Funções emocionais
		457-458	“(...) primeiro que tudo quero ver a eles (filhos) felizes e bem. E eu... pronto suportar a minha dor, e é o que eu faço... ”		B152: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID7	386	“ Procuo distrair-me o mais possível... com a televisão (...) ”		D9204: Passatempos (“Hobbies”)
		396	“ É isso (rezar e ir à missa), é uma das coisas principais. ”	Que ajuda a superar a dor	D930: Religião e Espiritualidade

		399	“(…) arrumo a minha casa (e) (…) trato das minhas (…) roupas.”		D640: Realizar as tarefas domésticas D650: Cuidar dos objetos da casa
		401	“Vou ao café...”		D750: Relacionamentos sociais informais
		410-411	“(…) ver a novela (…), o noticiário (…), os debates da política (…)”		D9204: Passatempos (“Hobbies”)
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID7	440	“Tinha ajuda das minhas cunhadas quando cá vinham (…)”		E315: Família alargada
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID7	466	“Gosto de ver televisão.”	O que mais gosta de fazer	D9204: Passatempos (“Hobbies”)

ID8

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Trabalho	“Na terra.” (Trabalhava e trabalhou sempre)	7
	Namoro	“Foi.” (Foi o primeiro namorado)	17
	Casamento	“Foi normal, foi como outro qualquer.”	20
		“(…) a vida tem altos e baixos, há marés de se zangarem, há marés de estarem bem-dispostos. Há marés de tudo, a vida é assim!”	36-37
		“(…) sabes como é, é assim, a vida tem altos e baixos. Maré de se andar bem, maré de se andar mal e também de se zangar.”	41-42
Origens		-	-
Diversão		“Quando éramos mais novos passeávamos. Agora para o final (ele) não queria.”	24
		“(…) ele é que não queria ir e eu também comecei a deixar de ter essa vontade.”	26
Meio		-	-

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID8	53	“ Mudou tudo. ”	Ficar viúva	Nd-qv: qualidade de vida não definida
		55	“ Da convivência com ele (marido).”		
		66	“Acha que não? Eu não sou rica, não sou rica! Acha que não se altera? E não é pouco!”	Nível socioeconómico	D8700: Recursos económicos pessoais
		69	“Dar a volta sozinha! Dar a volta sozinha... sabe que as coisas não é como era dantes. ”		
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID8	73-74	“De dia... vai-se... (passando) porque estou entretida nisto ou naquilo, à noite, obviamente é pior. ”	Solidão	B152: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID8	89	“ É as lidas de casa e vai-se andando no campo , sempre a mesma coisa.”		D640: Realizar tarefas domésticas D6505: Cuidar das plantas de interior e exterior
		91	“ (Ao) Cemitério vou. Fora isso não vou.”	Único local que refere como passeio	D930: Religião e Espiritualidade
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID8	115	“... eu... tenho os meus filhos a vir aqui... ”		E310: Família próxima
	ID8	105-106	“... as vizinhas se precisarem de vir aqui, (ou se) eu se precisar , com quem é que vou falar?”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID8	141-142	“Tenho... sim. Não quero deixar as coisas ir abaixo! Pelo menos aquilo (campo) que eu gostava de ter, enquanto puder faço , quando não puder fica parado!”	O que mais gosto de fazer	D2303: Gerir o seu próprio nível de atividade

ID9

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo		
	Trabalho	“(…) estive 5 anos em Arouca a trabalhar e depois pedi a transferência para aqui para <i>ser</i> [estar] perto do Porto (…)”	42-43
		“Era telefonista (…)”	49
		O meu filho mais velho tinha um ano (…). Trabalhava no Porto e depois pedi uma licença ilimitada, que nunca mais fiz uso dela, fiquei toda a vida ilimitada! Nunca mais fui trabalhar.”	94-96 98
	Namoro	“Não, o meu primeiro namorado não foi.”	42
		“Foi num bailarico aqui, também numa casa <i>duma</i> [de uma] amiga (…)”	47
	Casamento	“Era boa, era! Tínhamos, tínhamos aborrecimentos como todos os casais têm (…)”	20
		“(…) ao domingo andávamos sempre juntos, sempre!”	24
		“Muitas vezes pronto, ele saía e eu tratava da vida de casa (…)”	122
		“(…) íamos sempre à missa ao domingo, sempre. Ultimamente até íamos ao sábado para ficarmos arrumados.”	156-157
		“(…) colaborávamos cá nas festas do Corpo de Deus e íamos às festas de cá, à procissão, tudo!”	157-158
	Relação familiar	“(…) o meu filho mais velho, aquilo é género pai. É muito bom moço (…). O de lá de baixo, (o mais novo) também foi, mas depois meteu-se na droga... foi o piorzinho...”	104-106
		“(…) vivíamos sempre em discussão (com o filho mais novo). Porque é claro, ele fazia disparates (…)”	113-114

		"Eu conseguia dizer não, mas não adiantava nada que ele não me ouvia... não me ouvia, só ouvia o pai!"	150-151
		"Quando vem cá acima (filho mais novo) é só para agredir! Para agredir o irmão ou me agredir a mim!"	244
		"Ai, atira-me à cara (...) 'E tu não me fazes falta nenhuma, o meu pai é que me fez falta...' E isto custa (ouvir)!"	249-251
		"Já lhe tenho dito muitas vezes: ' Se achas que não estás bem, se achas pouco eu estar a dar casa, água, luz, gás e pão'"	257-258
	Circunstâncias da perda	" (...) foi operado ao coração (...) Deixou de fumar mas de andar nas patiscadas com os amigos, e lanches e assim, (não)!"	127-129
		" (...) a pensar sempre o pior mas nunca pensava que ele que morria! Pensava que ele que não ia (primeiro que eu)..."	133-134
Origens			
Diversão		"Nós chegámos aqui a fazer, chegámos aqui a fazer bailes, chegámos aqui a fazer festas, sardinhada e tudo à noite..."	33-34
		"Iamos fazer praia no Porto, Matosinhos e assim..."	60
		" (...) depois passámos a ir lá fazer férias, a Benidorm, mas eu não gostava nada..."	65-66
		" (...) nós ficávamos uma noite aqui outra ali, conhecemos aquilo tudo pelo lá!"	82-83
		"Tinha uma toleima tão grande, tão grande pelo São João!"	88
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID9	197	"A falta maior que sentia foi a presença.	Solidão	B15: Funções emocionais
		199	Senti-me só."		
		422-423	" (...) agora já não tenho (...) paciência para fazer croché."		
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID9	13	" Sinto, sinto (dor) , mas mais quando estou só, principalmente à noite."		B15: Funções emocionais
		27-28	" (...) tinha sempre uma pessoa com quem conversar, não é? Com quem desabafar e agora sinto-me só..."	Solidão	B15: Funções emocionais
		161	"... costumava iluminar a casa toda e depois ia na procissão, agora sozinha não vou (...)"		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		187	" (...) senti-me de rastos!"	Após a morte do cônjuge	Nd-sm: saúde mental não definida
		271	"Fui passar o Natal ao meu filho ao Porto mas custou-me muito, muito!"	Normalmente ia com o cônjuge	B15: Funções emocionais
		275-276	"No último ano estivemos lá todos, parece que foi o último, parece que eles até adivinhavam..."		
		326	" (...) o pior já eu passei aqui... sozinha, aqui na sala..."		B15: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID9	329-330	"Agora já estou assim um bocado mais conformada, mas naquela altura senti uma revolta tão grande, tão grande!"	Nos primeiros tempos, após a morte do cônjuge	B15: Funções emocionais
		219-220	" (...) eu estou (...) ao domingo a ouvir a missa (...)"		D930: Religião e Espiritualidade
		210-211	" (...) a menina (neta) foge logo para aqui!"	Às vezes almoça com a neta	D7603: Relacionamentos com outros parentes

	ID9	224	“ (...) é muito engraçada e distrai bem uma pessoa (...)”		
		298	“Fui à missa do 7º dia (...) (e) duas vezes no mês de maio.”	Apenas foi a estas missas, depois deixou de ir por ter vindo o inverno e a igreja ficar um pouco distante	D930: Religião e Espiritualidade
		351	“ (...) vou vendo televisão e vou arrumando (...)”		D9204: Passatempos (“Hobbies”) D650: Cuidar dos objetos de casa
		356	“Vou à minha cunhada.”		D7603: Relacionamentos com outros parentes
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID9	199	“ (...) o meu filho (mais velho) faz-me tudo (...)”		E310: Família próxima
		351-352	“ (...) se bem que a mulher (empregada) vem todas as semanas (ajudar nas limpezas) (...)”		E340: Prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais
		360	“Telefona-me uma pessoa, telefona-me outra (...) ”		E320: Amigos E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		365-366	“ (...) à tarde e à noite falo com elas (irmãs).”		E310: Família próxima
		369	“ (...) falar com a neta (...) e com o filho (mais velho).”		
		393	“ (...) a minha cunhada telefona-me todos os dias, todos os dias!”	Desde que ficou viúva	E315: Família alargada
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID9	421	“Gosto de (...) ver as plantas e mexer nas plantas, regá-las e mudá-las (...) ”	O que mais gosta de fazer	D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior

		440	" (...) (o) que menos gosto de fazer... arrumar a cozinha!"	O que menos gosta de fazer	D6401: Limpar a cozinha e utensílios
--	--	-----	---	----------------------------	--------------------------------------

ID10

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“Com 9 meses. (...) tive paralisia facial muito pequenina (...) (...)e todos os médicos diziam que eu tinha ficado marcada para toda a vida.”	92 89 94
	Estudo		
	Trabalho	“ (...) quando era solteira (...) eu (trabalhava) (...) na lacagem e dourar móveis. (...) e trabalhava para o meu pai. (O meu trabalho) Era dourar cadeiras, mesas de centro, <i>cardencias</i> [?], molduras.”	50-51 52 52-53
		“ (...) já há dez anos (dá aulas na universidade sénior)”	473-474
		“ (...) eu e as minhas amigas (fazíamos) feirinhas de artesanato, aqui na redondeza.”	552-553
		“ (...) quase todos (quadros) que estão lá dentro já estiveram expostos no museu em Paços.”	561-562
	Namoro	“Foi o primeiro namoro, foi o único homem que amei (...) ”	10
		“A nossa relação foi uma relação muito bonita porque o meu marido era muito namoradeiro (...) ”	15
		“Era um vizinho. Se eu algum dia pensava que íamos namorar.”	19-20
		“Começámos a vir para casa todos juntos e ele começou a pôr-se a meu lado a conversar. Nunca me pediu em namoro, e ali começámos a namorar (...) ”	28-30
		“Nós namoramos durante 5 anos.”	37
	Casamento	“ (...) eu casei a 30 de janeiro e o meu filho nasceu a 11 de dezembro, no mesmo ano (...)”	43-44
		“Foi o meu pai que nos construiu.”	48

		<p>"O meu marido para mim era mesmo verdadeiro marido. Um marido maravilhoso.</p> <p>Eu é que era às vezes um bocadinho mais ranhosa.</p> <p>Era mais picuinhas, mas eu acho (...) a minha mesquinhez às vezes (...) se devia à minha doença."</p>	85-86 88-89
		" (Andávamos) Sempre, de mão dada!"	108
		" (...) acabávamos de jantar, arrumava a cozinha e lá íamos os dois, por aqui, por acolá, de mão dada e íamos."	111-112
		" (...) ele era muito carinhoso."	118
		<p>" (...)agarrava-me assim ao pescoço, à cara, beijava-me assim em frente a todos (...)"</p> <p>"Era, era muito carinhoso. O meu marido era muito carinhoso."</p>	126 128
		" (...) quando se faziam assim jantares disto e daquilo, acompanhava o meu marido, sempre sempre."	156-157
		"É... quase sempre íamos os dois juntos à missa."	194
	Circunstâncias da perda	<p>" (...) no dia do funeral dele, aquela igreja, por aquele jardim parecia a festa do corpo de Deus. Os amigos, todos amigos, vizinhos (fala com emoção) é verdade, e no jornal... o jornal da terra (trazia) as dedicatórias, ainda vejo muitas vezes amigos dele.</p> <p>E isso enche-me de orgulho."</p>	133-135 137
		<p>"A doença do meu marido... começou por uma dor no peito do lado esquerdo, e o médico de família não deu importância nenhuma!</p> <p>(...) ele (médico) atribuía que a dor no peito vinha da coluna (...)"</p>	202-203 204-205
		"Eu de manhã disse: ' L. (marido) isto hoje vai ter de ter uma solução, ou para São João ou para Penafiel. Nós temos que ir para qualquer lado. Isto não pode continuar! '."	213-215
		<p>" (...) a minha filha ligou ao Doutor V., (que) estava de serviço no centro de saúde e (ele) disse:</p> <p>(...) 'Olha vai ali à Radelfe (clínica privada) e vais fazer um raio x'. E o meu marido foi fazer o raio x."</p>	220-221 222-223
		<p>"Eu agarro-me ao pescoço dele (fala emocionada) e só disse: 'Oh L., o que é que tu tens?' (...)</p> <p>Ele só me disse: 'Oh mulher! Eu tenho um tumor e tenho de ir já para Penafiel'."</p>	270-271 271-272
		<p>"Ele tinha um tumor entre a 4ª e 5ª costela de 6 centímetros.</p> <p>(...) começou a ser tratado no São João, fez radio, desapareceu, desapareceu o tumor, mas a doença estava lá (fala serenamente)."</p>	274-275 276-277
		" (...) estive ali 28 dias por duas vezes (internado no isolamento)."	285
		<p>"Sim normal, e depois de repente começou com (...) falta de ar e falta de força nas pernas. Foi quando (...) fizeram-lhe um raio x (...)</p> <p>mas não era a pneumonia (fala serenamente)... (era) Mieloma múltiplo."</p>	290-291 295 297
		<p>"Quando lhe deu a dor (...) quando ele foi para o hospital (...)foi e não voltou."</p>	323 328
		<p>" [Esteve] 15 dias. (...) a morfina, começou (...)</p> <p>perder (...)</p> <p>As capacidades.</p> <p>Mas eu mesmo assim não estava a acreditar!</p>	340 341 344 362-363

		"Acreditei quando o oxigénio deu o assobio e desligou! E (quando) o meu marido virou assim a cabecinha e ficou."	367-368
		" (...) eu sei que lhe tirei 4 ou 5 dias de vida, eu tenho consciência (...) Mas ele partiu com dignidade."	409-410 411
Origens		"Sou natural de Paços de Ferreira, nasci aqui (...) (...) e aqui ficamos, a morar e (a) <i>vivemos</i> [viver]."	9 13
Diversão		"Ah sim, o meu marido dizia sempre que não era 'pássaro para gaiola', quer chovesse, quer não chovesse. (...) ele gostava muito, era irmos por aí a baixo, ah, então, era (até à) Foz, ou num sítio onde ele pusesse o carro virado para o mar e ficávamos dentro do carro. Ele a apreciar o mar e depois encostava-se, lia, depois conversávamos e eu levava o croché."	159-160 165-167
		"Ele tinha aqui um cadeirão, estava sempre aqui sentado a ler, e eu gosto muito de fazer bricolagem e tal, eu punha (colocava) um plástico aqui e estávamos aqui os dois."	162-163
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID10	446	“Tudo! Tudo (fala emocionada)!		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		454-455	“Desde a partida do meu marido nunca mais consegui pegar num cavaquinho. ”	(Relembra o marido no grupo de cavaquinhos que faziam parte)	B152: Funções emocionais
		467-468	“ Mudou por exemplo... uma coisa (...) deixei de ir à (universidade) sénior uns mesitos (...) ”	Passado 2 ou 3 meses voltou a dar aulas na universidade sénior	Nd-qv: qualidade de vida não definida
		488-489 491-492	“ (...) agora já me estou a libertar mais um bocadinho (...) a Fátima já ia. Mas pronto, já vou a Santiago , pronto, como as pessoas são todas assim, daqui, assim, pronto. Já, já vou.”	(Após os 5 anos do falecimento do marido)	D9205: Socialização
		494	“ (Eu) Já era bastante doente e complicou-se mais um bocado.		Nd-sg: saúde geral não definida
		525-526	“Economicamente nota-se muito, muito, porque claro fiquei só com meia pensão do meu marido, <i>num</i> [não] é?”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID10	2	“Eu ainda me sinto em luto. Ao fim de 5 anos eu ainda me sinto em luto. ”		B152: Funções emocionais
		2-5	“Queria tentar, não de vez (...) Libertar mais um bocadinho o verdadeiro luto , <i>num</i> [não] é?”		B152: Funções emocionais
		409-411	“ (...) eu sei que lhe tirei 4 ou 5 dias de vida, eu tenho consciência disso e no princípio pedia-lhe perdão porque eu se calhar não devia ter feito isso (chora). Mas ele partiu com dignidade.”		B1603: Controlo do pensamento
		457-458	“ (...) elas (grupo de cavaquinhos) atuaram (...) e eu estava na plateia. Mas elas a tocarem e as lágrimas a caírem pela cara a baixo. ”	Grupo ao qual a enluta e o cônjuge faziam parte	B152: Funções emocionais

		533-534 548	“(…) quando estou assim muito mais em baixo (…) vou buscar (…) um álbum de fotografias , os álbuns de fotografias, tudo.” Que se liberta aí nisso.”	Para sentir um alívio	D240: Lidar com o stress e outras exigências
		510-511	“ Saudade muito grande , saudade sim. Muita saudade.”		B152: Funções emocionais
		593-596	“(…) se não estiver a fazer essas coisinhas ou vou <i>buscar o</i> [pensar no] meu marido (…). E posso (…) recordá-lo nas coisas boas, mas posso (…) recordá-lo nas coisas más (…). E então aí eu fico de rastos (…) ”		B152: Funções emocionais
		655-657	“(…) (e penso): “ Se estivesse aqui o L. também ia buscar o F. ” Às vezes deixo-me ir nessa conversa, nesses pensamentos…”		B160: Funções do pensamento
		667-668	“(…) o meu marido partiu mas levou parte da minha vida com ele e metade das minhas forças com ele. ”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID10	551-552	“(…) tenho o F. (neto, para cuidar) , pronto. E ele agora ainda requer muita atenção, e se eu estiver a fazer isso ele…”		D6600: Ajudar os outros nos auto-cuidados
		552-553	Pronto, é pintar, faço artesanato , gosto muito de artesanato.”		D9203: Artesanato
		533-534 548	“(…) quando estou assim muito mais em baixo (…) vou buscar (…) um álbum de fotografias , os álbuns de fotografias, tudo.” Que se liberta aí nisso.”		D240: Lidar com o stress e outras exigências
		567 573 582	“(…) sim, à quarta-feira. (…) E depois pronto já estou ali muito inserida (como professora na universidade sénior) (…) Como estratégia é.”		D855 – Trabalho não remunerado
		582-583	“(…) vou à missa , venho.”	Se não fizer essas coisas vai pensar no marido, e tanto pode pensar nas coisas boas como nas coisas más que viveu.	D930: Religião e espiritualidade
		584	“Se me apetecer, olhe, pego na agulha (de) croché (…)”		D9203: Artesanato
		677-678	“(…) eu vou todos os sábados lavar e pôr flores, isso… Agora se for oh… <i>oh</i> [ao] Pingo Doce vou ao cemitério , vou ao L. (marido).”		D930: Religião e espiritualidade

3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID10	583	“ Vou almoçar à minha filha e venho para casa (...) ”		D7600: Relacionamentos entre pais e filhos
		608 614-615	“Sim tinha, boas palavras, sim tinha boas pessoas... (...) estavam a elogiar o meu marido e estavam a dar conforto e força a mim.”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		632	“ (...) quando nos juntamos mais é ao domingo (...) ”		E310: Família próxima
		641-643	Estou com os meus netos, com os meus filhos , com a minha nora, com o meu genro e aquele bocado de domingo para mim é...”		E310: Família próxima
		635-636	“ A minha nora é pelo telefone , é pelo telemóvel e mais mora ali (...) ”		E310: Família próxima
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID10	631	“(...) o que mais gosto (...) é estar junto dos meus filhos e os meus netos. ”	O que mais gosta	D760: Relacionamentos familiares

ID11

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“Fui para a escola nunca soube o que eram uns sapatos ou umas botas.”	43
		“ (...) estive um ano agarradinho à cama Fui operado no rabo, a uma ferida contagiosa que trouxe de lá de fora (da tropa), chamavam-lhe a Matacanha (...)”	353-355
	Estudo	“ (...) com 7 anos, já fiz [tinha feito] em junho. Fui para a escola (...)”	43-44
		“Havia a escola dos homens e a escola das mulheres.”	226-227
	Trabalho	“E eu aos 6 anos andar pelas portas a vender louça.”	41-42
		“Quando fui trabalhar, (...) sai da escola (...) o meu patrão, disse-me assim: ‘Oh M. vais ajudar o senhor M. a regar o campo do milho’ (...)”	44-47
		“Fui trabalhar de julho até setembro e vim para o meu irmão, para o tasco e para a mercearia e tomar conta dela. (...) eu estive ali um ano, 14 meses a trabalhar de graça.”	48-49 61
		“ (...) fui trabalhar para uma marcenaria trabalhar à mão (...) Tudo manual, serrar a madeira à mão, forrar à mão, raspar à mão.”	80-81
		“Comecei a jogar nos juniores tinha 16 anos (...) (...) depois passei a sénior em 1969/70.	89-90 90-91
		“ (...) depois falava com a minha querida e fugi à tropa (...) andei a <i>bagundar</i> [passar tempo] 3 meses em França sem arranjar emprego. (...) o consulado Português é que me pôs cá. E eu era obrigado de 8 em 8 dias apresentar-me na GNR, até ir para a tropa, para não fugir mais (...)”	91 93-94 97-99
		“ (...) eu vou-lhe dizer eu passei muito, eu chorei muito por aquelas matas de Moçambique (...) Saudades da mulher, saudades dos meus filhos.”	134-135 137
		“ (...) esse coronel, tão meu amigo, (e eu) tão amigo deles, que arranjou maneira de eu ir trabalhar para o general e me pôr aqui (em Portugal) (...)”	152-153
		“ (...) da guerra venho, vou trabalhar, sou incorporado no... na cadeia para guarda prisional. Depois por motivos... era muita gente não saía no sorteio, depois fui para a GNR no Porto (...)”	182-184

		"Mas a GNR era pior que a tropa (...) <i>num</i> [não] gostei renunciei. Então (foi) quando eu resolvi fazer um barranquito em casa para trabalhar (...) de madeira (...)".	185-186 188-189 191
		"A guerra lá fora foi muito difícil, eu estive muito mal. (...) fui drogado 2 vezes no mato, à terceira disse ao meu alferes e ao meu capitão que os matava se me torna-se a drogar. (...)eu quero estar na frente da batalha mas eu quero estar no meu juízo"	278 282-283 292
	Namoro	" 'Oh vou para as quintãs antes de ir ao São João' e a minha mulher nadava a sachar umas <i>trinchudas</i> [tronchudas] no campo da quinta (...) E começamos então..."	245-246 253
		"E eu um bocadinho que eu podia estar com ela, era nas horas do meio dia se ela passa-se ou à noite quando vinha trazer o leite para o posto (...) ou então quando ela ia ao sábado dar catequese (...) "	253-255
		"Quer-se dizer <i>comecemos</i> [começamos] a namorar com consentimento dos pais, quando fizemos 15 anos."	256-257
		" (...) a minha mulher pelo Porto, então ela vinha da missa de manhã já nem a casa ia, passava aqui pelo campo, o campo era aqui."	271-273
		"A guerra lá fora foi muito difícil, eu estive muito mal Eu ia para o trabalho e ela estava à <i>janelica</i> [janela] e tudo. Quer-se dizer era uma loucura, um amor perfeito. "	276-278
		"Começamos e tal e ela: 'Isto ou vai levar um caminho muito serio ou vai acabar, porque tu vais para a guerra e eu não vou estar 4 anos ou 5 anos à espera. Quer-se dizer 6 com 5 são 11 anos à espera para nos casarmos'".	107-109
		"(...) para dar uma segurança aos pais, porque era muito novo arranjei uma testemunha para pedir em casamento."	115-116
	Casamento	"Quer-se dizer eu passado 1 ano ou 10 meses de vir de França <i>tessinho</i> [sem dinheiro] sem testão, há que arranjar dinheirito para fazer a mobília e para me casar e vim viver para esta casa."	132-134
		"Fomos para uma casinha modesta para a quinta lá para baixo."	159-160
		" (...) a gente saía para as praias, íamos para os hotéis, a gente... uma vida, uma vida louca de amor."	175-176
		"Vim para casa trabalhar, a vidinha ali começou a crescer, a gente começou... comprei isto aqui... Comprei a minha casinha no bairro, formei os meus filhos, comecei a ter carro, começamos esta vida. Quer-se dizer dois a trabalhar..."	191-193
		" (...) os meus filhos todos os anos gozaram férias comigo. Quando não dava... não havia dinheiro para irmos para um hotel fazíamos campismo (...) "	194-195 197-198
		" (...) o casamento tem coisas muito boas, mas tem coisas muito más. Porque aparece uma doença, aparece um problema de financiamento (...) "	207-208
		"Olhe o nosso namoro foi muito, muito bonito."	223
		" (...) vou trabalhar para as quintãs, para o primeiro patrão mas conhecia a H. (mulher) de ir à mercearia (...) Ela conhecia-me da escola (...) "	223-225

		"Ai, a nossa, nossa relação era, era, era, era o que era maravilhoso num [não] é?"	298
		"Eu não sei o que é estar zangado 5 minutos com a minha mulher."	302-303
		"Um casal sem amor não vive. Uma boa semente dá bom fruto, e nós, eu mais aquela querida eramos uma boa semente e demos bons frutos."	319-321
		" (...) às vezes aquela coisa (dizia): 'Ai, mulher às vezes apetecia... tu às vezes tu falas dessa maneira, apetecia-me dar-te um safanão'. Quando a gente resmungava, (ficava com os) olhos tristes. Comíamos, íamos para a caminha, fazíamos amor, acabava tudo."	328-329 330-331
	Circunstâncias da perda	" (...) sofria um bocadinho dos ossos. Era o reumatismo, isto em nova (...)"	343-344
		" (...) começou-lhe aparecer aquele problema na vesícula que teve de a tirar."	349-350
		"A gente ia... (comprava) duas sacas só de remédios para ela, por mês (ficava) à volta de 200€. Remédios caríssimos para os ossos! Depois o remédio dos ossos <i>davam cabo</i> [prejudicavam a zona] do fígado todo, e do estômago (...)"	361-363
		"No sábado às 7 da manhã foi para lá, aparece-me (em casa) às 9 (horas) da noite com a perna em gesso."	375-376
		" (...) depois começou a <i>apareceu</i> [apareceu] pelas cochas a cima umas empolas grandes, <i>parece</i> [parecia] balões, e aquele líquido ali, aquela humidade a escorrer pelo gesso a baixo. " (...) virei-me para o C. (filho, e disse): 'Oh filho (...) vais para o café, que eu vou ver se falo com um amigo meu que é operador no Hospital no IPO'"	378-380 392-394
		" (...) chamei os meus filhos na hora do meio-dia (e disse): 'Filhos a mãe tem isto assim a sim é melhor interna-la imediatamente no hospital no IPO'"	399-401
		" (...) e pedi-lhe, que é o dono da Radelfe (clínica privada), para falar com o filho a ver se o filho se <i>metia</i> [despachava a mulher] logo a fazer o exame, aos ovários e ao útero. (...) e ela (médica) disse: 'Ande da perna que já não vai a tempo'"	407-408 422-423
		"E então o meu filho, o Doutor passou a ser o acompanhante dela (da mulher) (...)"	429
		"E então aqui foi uma rapidez do processo para a operar e tal, mas se eu pensava que ela ia morrer logo, não pensava! Ela foi <i>operado</i> [operada] (...) na noite de 23 de julho <i>pó</i> [para] 24 de julho e morreu no dia 5 de agosto (...)"	441-442 445-446
		"E o telefone passado um bocado (toca), era a Doutora: "Está, senhor M. Sou senhora Doutora. Está preparado?" e eu estremei (...) <i>Vou</i> [fui ter com] o meu H. (filho que) ficou, é que abriu o café (...) (...)e disse: 'A mãe acabou filhos'"	449-450 455-456 458-459
Origens			
Diversão			
Meio		"E a gente conhecia-se brincávamos, saíamos da escola íamos pelas quintãs de baixo com a <i>saquita</i> [saco] de pano às costas, era só codessos, não havia nada de prédios, era só casas de lavradores."	228-230

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID11	474	“Olha a perda da minha mulher, foi a perda da minha vida. Foi um desastre... económico (...)”		Nd-qv: qualidade de vida não definida
		478-480	“ (...) passei a ter duas empregadas (...) Muita gente a trabalhar (no café/restaurante e) pouco rendimento (...)”		D8700: Recursos económicos pessoais
		485-486 490	“(...) faturava 2 mil euros, e eu com uma despesa de 5 mil e 600 euros. (...) foi a minha casa, o meu carro, foi tudo, nisto vendo isto para pagar tudo. ”		D8700: Recursos económicos pessoais
		496 498-500	“Uma mudança muito grande (...) não há aquela ajuda (da família) : ‘Oh pá vens comer a minha casa...’. Não tive apoio de ninguém.”		D7103: Crítica nos relacionamentos
		500-501	“Eu no primeiro ano da morte da minha mulher, eu gastava 1500 euros, porque eu não tinha pachorra [paciência] para fazer de comer. ”		Nd-sm: saúde mental não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID11	4-5	“ (...) o luto é uma escuridão como a noite. ”		Nd: saúde mental não definida
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID11	510	“ (...) tento ser feliz e fazer alguém ser feliz. ”		D660: Ajudar os outros nos auto-cuidados
		511-512	“Faço 10 km à volta do parque, corro andamento e a andar. ”		D4501: Andar distâncias longas D4552: Correr
		520-522	“ (...) vou sair à noite (dar um) pé de dança (...) para aliviar o stress e ‘matar’ o tempo.”		D920- Recreação e lazer
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID11	553	“Nada. Nada, o apoio psicológico que eu tenho foi ganho pela força de vontade de viver. ”		B110: Funções da consciência
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID11	547-549	“ (...) às vezes não me esquece de ir à igreja, que (até) gosto. ”	O que mais gosta de fazer	D930: Religião e espiritualidade

		564-566	“(…) uma coisa que eu gosto muito que (antes) tinha tão pouco tempo (...) gosto muito de dormir. ”	O que mais gosta de fazer	D570: Cuidar da própria saúde
		575	“ Gosto de dançar , gosto de coisa, gosto de tudo que me faz feliz.”	O que mais gosta de fazer	D920: Recreação e lazer
		576	“ Gosto de ler um bom livro (...)”	O que mais gosta de fazer	D9202: Arte e cultura

ID 12

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si		
	Estudo		
	Trabalho	“Eu trabalhava em casa, tinha muito filho <i>támém</i> [também].”	117
	Namoro	“Ai, éramos quase vizinhos.”	16
		“ (...) <i>num</i> [não] era como agora, ah... Vinha os pais dele ou vinham os da gente (seus pais) e a gente fugia.”	29-30
		“ (...) ainda namorei uns <i>anicos</i> [anos]. <i>Prai</i> [Para aí] 7 <i>anicos</i> [anos].”	41
	Casamento	“Levou-se o <i>marendeiro</i> [merendeiro] convidou os pais, convidados... antes era assim. Não era casamentos como é agora, ah bem...”	47-49
		“ (...)dávamos bem. A gente às vezes tinha as suas coisas [chatices] <i>num</i> [não] é?”	89 91
		“ (...)o nosso padre foi para Fátima e fez-nos lá os 50 anos de casados (...)”	102-103
		“ (...) íamos sempre à missinha e a gente calhava bem, dávamos bem.”	105-106
	Circunstâncias da perda	“Foi coisa que lhe deu, ele lá tinha muita tosse abafou com aquilo, sei lá. Não sei como foi <i>aquilo</i> [a morte]. Sei que eles (bombeiros) levaram-no para lá e ele já <i>num</i> [não] <i>veu</i> [veio].”	127-129
		“ (...) se calhar ela já não andava muito <i>bô</i> [bom], quando me disse que já não <i>plainava</i> [aplainava] a terra.”	135-136
Diversão		“ (...) nós demos muitos passeios.”	101
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID12	145-146	“ (...) nunca mais tive alegria para ir para <i>banda</i> [sítio] <i>nenhuma</i> [nenhum].”		B152: Funções emocionais
		160	“ A saúde (...) ficou pior. ”		Nd-sg: saúde geral não definida
		185-187	“ (...) fiquei (...) (com) metade (...) do ordenado dele. E cortaram no meu, cortaram ainda um <i>dinheirico</i> [dinheiro]. ”		Nd-qdv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID12	190-191	“ Estou muito triste , às vezes <i>descuzava</i> [não precisava] de lembrar tantas vezes (se ele estivesse cá)”		B152: Funções emocionais
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID12	145	“ Penso sempre nele, vou sempre à missa (...) ”		D930: Religião e Espiritualidade
		194	“ Vou todos os sábados, vou ao cemitério mais elas (filhas).”	Sente-se melhor em ir ao cemitério	D930: Religião e Espiritualidade
		224	“ Às vezes vou (...) até ao <i>campico</i> [campo] (...) ”		D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		225	“ A <i>cachopada</i> [netos] <i>támem</i> [também] <i>está</i> [estão] <i>praí</i> [para aí]. ”	Ajuda a criar 2 netas	D6600: Ajudar os outros nos autocuidados
	ID12	249	“ Vou falar com ela (filha) (...) ”	Aos domingos vai à casa da filha	D7600: Relacionamentos entre pais e filhos
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID12	201 206	“ (...) o meu filho reza comigo. E ele (filho) agarra (...) no terço (...) ”	Sente-se mais alegre quando reza	D930: Religião e Espiritualidade E310: Família próxima
		209	“(...) ele (filho) é que me faz o serviço (tarefas domésticas) todo.”		E310: Família próxima

		216-218	"... elas (filhas) penteiam-me o cabelo (...) dão-me banho (...)"		E310: Família próxima
		278	" Deram (segurança Social)."	Apoio do funeral	E5700: Serviços relacionados com a segurança social
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID12	283	" (...) gosto de cuidar do jardim (...)"	O que mais gosta de fazer	D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		283-284	" (...) gosto de fazer de comer (...)"	O que mais gosta de fazer	D630: Preparar refeições

ID13

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“Eu nasci em África, depois fui viver para o Porto.”	26
		“ (...) os meus pais eram separados, eu vivia com os meus avós e a minha mãe trabalhava fora do Porto (...) e vinha só ao fim de semana.”	49-50
	Estudo	“ (...) tirei o curso na Escola Ministério Primário do Porto (...)”	26-27
		“ (...) lá consegui fazer o meu curso, com as minhas dificuldades no aspeto monetário, porque foi difícil, não é?”	64-65
		“ (...) os candidatos que não entrassem no Porto iam para a escola do magistério de Aveiro. E a minha mãe disse-me: “Se fores para Aveiro não vais!” e eu disse... e eu queria ser professora. Sempre quis ser professora (...)”	67-68 71-73
		“Vim para Paços de Ferreira trabalhar para a Seroa encontrei o meu marido, casei, fiquei cá.”	28-29
	Trabalho	“Toda a vida trabalhei, 43 anos com meninos (alunos).”	34
	Namoro	“Não foi o meu primeiro namorado, o meu primeiro namorado tinha eu 15 anos ainda era novita.”	36-37
	Casamento	“Entretanto nasceu a minha filha...”	33
		“Foi boa. Claro que não... que não há relações boas, boas... há de tudo (...) que ninguém vá pensar que vai para o casamento e não tem chatices!”	44-45
		“Casei em Penamaior, terra do meu marido.”	92
		“(...) a minha mãe não queria que eu casa-se, porque havia uma... uma diferença muito grande de... de culturas, mas nunca notámos isso, eu e o meu marido.”	94-96
		“Eu tive que abdicar, se eu quis casar eu tive que abdicar de certas coisas, não é?!”	97-98
		“O começo é terrível... mas é para tudo (...) ultimamente estava tudo muito bem até ao momento que ele fica doente (...)”	102-104

	Relação familiar	" (...) porque não havia... não há uma boa relação connosco eu e ela (filha)... e mesmo ele (marido) com ela."	124-125
		" (...) ela chegou aqui (...) e foi assim: 'Venho aqui buscar o cunham da minha herança'. E eu (...) só disse assim: 'Olha lá! Por acaso alguém morreu aqui em casa? Para tu vires buscar a herança'"	321-322 324-325
		"Mas foi complicado, ela fez-nos coisas..."	328-329
	Circunstâncias da perda	"Teve um cancro no intestino (...) com os tratamentos, penso eu agora que seria com a quimioterapia, radioterapia, acelerou-lhe uma doença que ele tinha de um pulmão."	118-120
		"Cancro do pulmão. Portanto, ele no fundo teve 2 cancros... o do intestino, depois o do pulmão foi o que o levou."	121-122
		" (...) sou eu que vou a tua frente", dizia-lhe eu. Porque eu nunca pensei que o meu marido morresse."	144-145
		"Eu e o meu marido estávamos sozinhos, depois por fim é que o meu sobrinho ia lá levar a baixo (ao Porto), porque o meu marido já não conseguia levar o carro."	164-166
		" (...) a ganhar líquido, e eu ter que se lhe tirar o líquido, e eu ter que chamar o INEM de repente para ir tirar (o) líquido, ligava para Penafiel (...)"	174-176
		"Agora no fim foi pior, a partir de outubro. De outubro até março ele morreu no dia 21 de março, no dia em que fazíamos 43 anos de casados, morreu nesse dia... para marcar. Foi terrível, foi terrível."	180-182
		"Vá para os paliativos, para a liga portuguesa contra o cancro'. Foi numa sexta à noite, morreu na quinta."	194-195
		"Não consegui vê-lo morrer, ele esteve com... com o meu afilhado, com o meu sobrinho e a minha filha também estava lá dentro com ele, mas eu não quis vê-lo morrer."	211-212
		" (...) quando o meu marido entrou no IPO eu disse: "Pronto, é o fim". Tanto um ano antes quase eu dizia que era o fim, mas claro há sempre uma esperança, mas quando o vi que... o que se estava a passar."	219-221
Origens			
Diversão		" (...) eu não gostava muito de sair, mas ao sábado saíamos sempre ele dizia assim: 'Vamos embora! Vamos por aí a baixo' (...)"	108-110
		"A maior parte das vezes íamos a Braga, ao Sameiro, o meu marido ia lá à missa sempre."	111-112
Meio		"Naquela altura era... havia uma <i>camioneta</i> [autocarro] para cima e outra para baixo. Naquela altura era assim, não havia transportes."	86-87

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID13	230	“ (...) Ele estava aqui comigo, passei a estar sozinha (...) ”		Nd-qdv: qualidade de vida não definida
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID13				
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID13	246-248	“ (...) primeira coisa que faço é ligar a televisão (...) ligo para sentir que está gente em casa.”	Para não se sentir sozinha	D9204: Passatempo (“Hobbies”)
		266	“ Vou só ao cemitério agora, neste momento...”	Pois perdeu a fé desde que a neta nasceu com uma deficiência	D930: Religião e Espiritualidade
		446	“ (...) levanto-me de manhã (...) e digo: ‘Vamos lá, que é preciso andar!’.”	Forma de encarar a vida - vontade de viver	B160: Funções do pensamento
		483-484	“ (...) penso que a minha vida tem que andar para a frente (...) ”		
		426-427	“ (...) fazer umas obras em casa (...)”		D6501: Manutenção da habitação e dos móveis
		436	“ (...) foi a maneira de dar a volta à situação.”		
		493	“ Vou lanchar ali à confeitaria. ”		D750: Relacionamentos sociais informais
		495	“ (...) andei ali a pôr... plantas, sardinheiras. ”	Para se distrair	D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		516	“ Procuro dar assim uma refrescadela (sair) ... ”	Vai ao Porto à campa da mãe, fazer compras ou ver montras	D920: Recreação e lazer

3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID13	232-233	"Andei a tomar comprimidos e tal... para dormir."		E1101: Medicamentos
		380	" (...) as meninas da sapataria, estão sempre..."	Tem uma boa relação com os vizinhos	E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		403	"Tenho as colegas, todas me telefonam (...) "		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		567	" (...) estou sempre a chateá-lo (sobrinho) por causa do carro (...) "		E315: Família alargada
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID13	592	"É as coisas de casa... eu gosto. Eu gosto de ter as gavetas arrumadas (...) "	O que mais gosta de fazer	D650: Cuidar dos objetivos da casa

ID 14

Tabela 1: Categorias da Dimensão: “Vida adulta” (“Gostaria que me falasse um pouco acerca de si: da sua vida, das suas origens, do que fazia para se divertir, de todo o meio que o envolveu antes da perda dessa pessoa significativa”)

Dimensão	Categorias
“Vida adulta”	Vida
	Origens
	Diversão
	Meio

Tabela 2

Categoria	Subcategoria	Unidades de registo	Linha
Vida	Falar acerca de si	“Os meus pais eram caseiros, andávamos de lugar em lugar (...)”	9-10
	Estudo		
	Trabalho	“ (...) tomei conta lá de umas terras, lá do senhor e fazia, (cultiva os campos).”	23-24
		“ (...) depois eu andei na fruta.”	47
		“ (...) depois trabalhei ali no marceneiro, ali naquele restaurante marceneiro.”	73-74
		“ (...) já trabalhei em... Em cerâmicas (...)”	333 335
	Namoro	“ (...) no fim do trabalho, então lá... ali à pacense, conversámos e dali a gente ajeitou a vida.”	98
	Casamento	“ (...) estive um tempo a viver junta com ele mas depois casámos por civil (...)”	99
		“Dávamos bem, nunca nos tratamos mal, nunca... havia respeito claro. Há hora do terço rezávamos o <i>tercinho</i> [terço] (...)”	133-134
		“Era amoroso, nunca mal tratou.”	140
	Circunstâncias da perda	“E por sofrimento dele, já estava a sofrer ele e eu, eu também. Eu já <i>num</i> [não] podia com ele para vira-lo por isso é que comprei a cama e tudo.”	144-145
		“ (...) disseram que era... que era cancro na próstata.”	189-190
		“Foi para o IPO, e depois andou lá muito tempo no IPO. Depois foi <i>uperado</i> [operado] ah... andou muito tempo depois da operação, meio ano.”	199-200
		“E depois teve 7 pólipos. Quatro pólipos tirou de uma vez do intestino, 3 por outra.”	210-211
		“ (...) e o Doutor <i>diz</i> [disse]: ‘Isto é uma cirrose crónica’”	218

		" (...) custava-lhe andar, comprei-lhe até duas <i>moletas</i> [canadianas] para ele andar e tudo. Mas depois ele já não andava porque... e até assentado!"	220-222
		" (...)tinha uma hérnia na virilha e outra no <i>embigo</i> [umbigo]."	224-225
		"Ele começou a ter muitas infeções (...) E começou a ganhar muitos líquidos na barriga, dos líquidos da cirrose."	247 248
		"(...) abro a janela e ele estava com os olhos fechados! Cerados! (...) (ele fazia o som): 'Ah, ah' (...) Telefonei logo para os bombeiros, os bombeiros chamou aqui a... o INEM."	274-275 277 279-280
		" (Ficou no hospital) <i>Aquase</i> [Quase] 15 dias, até morrer. Nunca mais veio embora (chora)."	288
Origens			
Diversão		"Eu se tivesse que sair, dar uma volta com ele, aqui e acolá ia. Ia no passeio da junta <i>támém</i> [também] (...)"	134-135
Meio			

Número da entrevista	ID	Linhas	Frases	IF (Informação adicional)	Classificação
3. a (O que mudou na sua vida?)	ID14	307	“ Tinha mais poder (económico) , é claro.”	Antes recebia toda a reforma do marido	Nd-qv: qualidade de vida não definida
		331	“ Convivo igual. Agora até mais (...) ”	Com os amigos e vizinhos	D750: Relacionamentos sociais informais
3. b (Como fez (ou faz) a superação da dor?)	ID14	4	“ Sinto-me triste (chora).”		B152: Funções emocionais
		140-142	“Era amoroso, nunca mal tratou. Pois por isso sinto mais a falta (do marido)(chora).”		B152: Funções emocionais
		350-351	“ Eu tenho pedido (aos Santos) para esquecer para <i>morde</i> [?] não sofrer (chora).”		D930: Religião e Espiritualidade
3. c (Que estratégias adotou (ou adota) para viver no dia-a-dia?)	ID14	354-355	“ (...) faço a cama (...) Faço as minhas limpezas (...) ”	Contou como passava um dos dias	D640: Realizar as tarefas domésticas
		355-356	“ (...) tenho um canzito [cão] (...) Eu até estive a por lá assim umas coisas para ele não ter tanto frio.”		D6506: Cuidar dos Animais
		356-367	“ Meto [Planto] umas flores no quintal (...) (e) uns repolhitos [repolhos] (...)”		D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior
		360-361	“Estava na hora de rezar o terço, rezei o terço (...) ”		D930: Religião e Espiritualidade
		361	“ (...) tenho a televisão no quarto vejo um bocadito [bocado] (...)”	Geralmente tem este hábito	D9204: Passatempos (“Hobbies”)
3. d (Que tipo de apoios físicos ou humanos recebeu (ou recebe)?)	ID14	303	“ Ele (filho da ex-mulher do marido) e o sogro têm andado aqui a compor o telhado (...) ”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade

		320	“Os meus genros resolveram logo tudo (para o funeral).”	Genros por parte da família da ex-mulher do marido	E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		331	“ (...) qualquer coisa estão sempre aqui.”	Amigos e vizinhos	E320: Amigos E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
		362	“ (...) tomo a medicação para dormir e lá fico, a dormir.”		E1101 - Medicamentos
		380	“Quem veio ao funeral do meu marido foi o meu genro e a minha neta, da minha família.”		E310: Família próxima
		391	“ (...) os vizinhos, tive (ajuda).”		E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade
	ID14	396-397	A A. (senhora do supermercado), à noite telefona-me sempre.”		
3. e (O que mais gosta e o que menos gosta de fazer depois dessa perda?)	ID14	411-413	“ (...) gosto de (...) pôr a roupa a lavar ou passar, ou isto ou aquilo. Gosto de fazer tudo.”	O que mais gosta de fazer	D640: Realizar as tarefas domésticas

Anexo VI - Categorias (da entrevista) referenciadas pela CIF

Mudanças na vida				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
Nd-sg: saúde geral não definida	2	“ (suspiro profundo) Alterou a minha na saúde para melhor <i>num</i> [não] é?”	No sentido que tem maior descanso, não tem tantos encargos	603
	4	“ (...) a minha saúde é mais ou menos, até pelo contrário <i>num</i> [não] é mais ruim.”		238
	5	“ A minha saúde mudou, cada vez pior. ”		87
	7	“ (Saúde) Cada vez pior... cada vez pior. ”		339
	10	“ (Eu) Já era bastante doente e complicou-se mais um bocado. ”		494
	12	“ A saúde (...) ficou pior. ”		160
Nd-sm: saúde mental não definida	1	“ (...) <i>num</i> [não] me sentia em pé bem, e da cabeça.” “ (...) agora estou melhor, graça de Deus (...) já não tenho sofrimento de estar a vê-lo a sofrer, não é? Porque sofria ele e sofria eu. Agora já me estou a sentir mais leve da cabeça (...) ”	Desde que o marido faleceu, há 6 meses	431-432 242-244
	7	“ (...) não tenho aquela vontade também de me expor a ir para ali e para aqui. ”		335-336
	9	“ (...) agora já não tenho (...) paciência para fazer croché. ”		422-423
	11	“Eu no primeiro ano da morte da minha mulher, eu gastava 1500 euros, porque eu não tinha pachorra [paciência] para fazer de comer. ”		500-501

Nd-qdv: qualidade de vida não definida	1	" (...) nos primeiros tempos não saía de casa , nem... nem... Metia-me só na cama."		292-293
	2	"Após o meu marido falecer (a minha vida) melhorou (...) de num [não] ter tanta vida, tantos encarregos [encargos] (...) "	Antes tinha os encargos de cuidar do marido acamado	362-363
	2	" (...) eu tinha uma reforminha [reforma] dele (marido) , mas agora também não tenho despesas com ele (...)"		621-622
	3	" (...) ia ao passeio da junta, para mim, isso tudo acabou (...) "		282
	4	" (...) fiquei sozinha com os filhos."		221
	6	" (...) mudou tudo . Ficou de 'pernas para o ar' (...)"		320
	6	" (...) entreguei (o trabalho) às minhas filhas . Só fiquei com umas encomendas, para me ir entretendo, não é?"		323-324
	6	"Olhe a festas, eu nunca mais fui , eu também já não gostava muito."		361-362
	7	" (...) mudou muita coisa, não tenho a companhia dele (...) "		335
	7	" (...) tinha o ordenado por inteiro, depois começou a receber... a reforma, já foi menos , não é?"		356-357
	8	" Mudou tudo. " "Da convivência com ele (marido). "	Ficar viúva	53 55
	10	" Tudo! Tudo (fala emocionada)!"		446
	10	" Mudou por exemplo... uma coisa (...) deixei de ir à (universidade) sénior uns mesitos (...) "	Passado 2 ou 3 meses voltou a dar aulas na universidade sénior	467-468
	10	"Economicamente nota-se muito, muito, porque claro fiquei só com meia pensão do meu marido, num [não] é? "		525-526
	11	"Foi um desastre... económico (...) "		474
	12	" (...) fiquei (...) (com) metade (...) do ordenado dele. E cortaram no meu, cortaram ainda um		185-

Nd-qv: qualidade de vida não definida		<i>dinheirico [dinheiro].</i>		187
	13	“ (...) Ele estava aqui comigo, passei a estar sozinha (...) ”		230
	14	“Tinha mais poder (económico), é claro.”	Antes recebia toda a reforma do marido	307
B152: Funções emocionais	3	“Aquela alegria que eu tinha de viver, passou, acabou, acabou. ”		275-276
	9	“A falta maior que sentia foi a presença. Senti-me só. ”		197-199
	10	“Desde a partida do meu marido nunca mais consegui pegar num cavaquinho. ”	(Relembra o marido no grupo de cavaquinhos que faziam parte)	454-455
	11	“Olha a perda da minha mulher, foi a perda da minha vida. ”		474
	12	“ (...) nunca mais tive alegria para ir para <i>banda</i> [sítio] <i>nenhuma</i> [nenhum].”		145-146
D2303 – Gerir o seu próprio nível de atividade	2	“ (...) sou mais livre , se tiver de sair não tenho de pedir autorização a ninguém (...)”		367-368
D7103: Crítica nos relacionamentos	11	“Uma mudança muito grande (...) não há [houve] aquela ajuda (da família): ‘Oh pá vens comer a minha casa...’. Não tive apoio de ninguém.”		496-498-500
D750: Relacionamentos sociais informais	1	“Agora já posso (sair), aos poucos.”	O marido não saía e também não gostava que a mulher saísse	397

D7501: Relacionamentos informais com vizinhos	5	" (...) agora (...) abro a porta para falar com ela (vizinha), dar duas falas."	Quando tinha o marido não fazia isso, andava na sua vida	82-84
	14	" Convivo igual. Agora até mais (...) "	Com os amigos e vizinhos	331
D8452: Sair de um emprego	4	"(...) depois que ele morreu, a bem dizer nunca mais fiz nada, nunca mais ganhei dinheiro. "	Trabalho: bordados em casa	263-264
D8700: Recursos económicos pessoais	8	"Acha que não? Eu não sou rica, não sou rica! Acha que não se altera? E não é pouco!" "Dar a volta sozinha! Dar a volta sozinha... sabe que as coisas não é como era dantes. "	Nível socioeconómico	66 69
	11	"(...) faturava 2 mil euros, e eu com uma despesa de 5 mil e 600 euros. (...) foi a minha casa, o meu carro, foi tudo, nisto vendo isto para pagar tudo. "		485-486 490
	11	" (...) passei a ter duas empregadas (...) Muita gente a trabalhar (no café/restaurante e) pouco rendimento (...) "		478-480
D9205: Socialização	10	" (...) agora já me estou a libertar mais um bocadinho (...) a Fátima já ia. Mas pronto, já vou a Santiago, pronto, como as pessoas são todas assim, daqui, assim, pronto. Já, já vou."	(Após os 5 anos do falecimento do marido)	488-489 491-492
D930: Religião e espiritualidade	2	" (...) quando eu... o meu A. (marido) me faltou, só ia à missa (e não participava no grupo coral){...}"	Deixou de ser cantora na igreja durante os primeiros tempos de viúva	445-446
E1101: Medicamentos	4	" (...) tomo calmantes. "		276
E5700: Serviços relacionados com a segurança social	1	" (...) eu tenho a minha reforminha (...) E agora tenho metade da dele (...) "		310-311
	4	" (...) bem uma reforminha maior, a minha reforma era muito pequenina (...)"		262

Superação da dor				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
Nd-sm: saúde mental não definida	1	“ Foi um bocado difícil de passar . Agora graça de Deus, já está, está a correr tudo bem.”		307-308
	2	“ (...) hei Senhor, nem é bom falar nisto. ”	Falar na doença do marido	608
	2	“ Ele faltou-me, está no outro mundo, mas está no meu coração (chora) em todos os momentos (...) ”		20-21
	3	“ Quando Deus me quiser levar, também pode fazer (...) mesmo amanhã que fosse, não me deixa pena nenhuma.”	Perda do sentido de vida	6-7
	3	“ (...) morte tão estúpida, tão estúpida, que a verdade é uma, custa-me a compreender (...) [não] foi (...) a doença em si, que ela tinha, que a matou (...) Eu para mim, foi o hospital (...)”	Revolta	14-17
	3	“ (...) <i>trabalhem</i> [trabalhamos] muito, mas todo esse tempo foi compensado, só não foi compensado na morte, que a levaram cedo de mais. ”	Sentimento de raiva	334-335
	3	“ Tantas pessoas aceitam (a perda), e eu não aceitei. ”		421
	9	“ (...) senti-me de rastos! ”	Após a morte do cônjuge	187
	10	“E posso (...) recordá-lo nas coisas boas, mas posso (...) recordá-lo nas coisas más (...). E então aí eu fico de rastos (...) ”	Se não estiver entretida tem estes pensamentos	593-596
Nd-sm: qualidade de vida não definida	2	“ Enquanto tinha o meu home [homem] tinha tudo. (...) faz-me falta a companhia, pelo amor que eu tinha, <i>num</i> [não] é?”		668-670
	9	“... costumava iluminar a casa toda e depois ia na procissão, agora sozinha não vou (...)”		161
	10	“ (...) o meu marido partiu mas levou parte da minha vida com ele e metade das minhas forças (...).”		667-668
	1	“ Olhe, sinto-me... em luto. ”		2
	2	“ (...) sinto-me em luto sempre, eu acho que vou sentir o luto toda a minha vida (chora)”		2-3
	2	“ (...) posso andar com uma roupa mais de cor, mas o meu coração está sempre triste. ”		3-4

B512: Funções emocionais	2	" (...) às vezes estou aqui em casa de dia, agoniada (...)		438
	2	" Já não há aquele gosto de viver (...)"		666-667
	2	" (...) fui lá para o meu sítio (cantar) (...) mas fui a chorar (...) Chorava e chorei e choro muitas vezes, canto e choro, e é assim (...)"	Depois da morte do marido voltou a ir cantar para a igreja	449 451-452
	2	"A gente fala, mas o que sente é outra coisa, a gente sente uma dor tão grande (...)"		491
	3	"Sinto-me sempre luto, enquanto for vivo (fala emocionado), não tenho e hipótese de viver nesta escuridão (...)"		2-3
	3	"(...) a coisa melhor que eu tinha na vida, que era a minha esposa, levaram-ma. (...) perdi a minha esposa, perdi os meus pais, perdi um filho, perdi um irmão... não tenho mais nada para perder, só me resta a mim."	Frequência de lutos: provavelmente não resolvidos	3-4
	3	"A pessoa morreu, mas o amor continua! E o amor ao continuar, também continua a tristeza (...)"		294-295
	3	"Mas falta-me aquela pessoa (esposa), com quem partilhava todos os dias (...)"		305-306
	3	" (...) morreu a pessoa, mas o amor não morreu, o amor ficou."		308
	3	" (...) faleceu (esposa), e eu sei que não a volto a ver, <i>num</i> [não] é. Eu sei que acabou, mas (...) só quando eu morrer é que este amor vai embora (...)"		318-321
	3	" (...) quando tenho de falar da minha esposa (fala emocionado), dói muito, muito, muito!"		418-419
	4	"O meu coração está sempre em luto."	Pelo marido e pelo filho	6
	4	" (...) chorava para lá sozinha (...)"		280
	4	"(...)metia-me acolá em baixo, num buraco (...) chorava alto, mas chorava muito. Ainda agora choro muito, ainda agora choro muito por eles (filho e mardo) (...)"		290-291
B152: Funções emocionais	5	"Por dentro sinto-me triste, muito triste."		12
	5	"É aguentar a dor (...)"		110

B152: Funções emocionais	6	" (...) estou aqui (em casa)... se me apetecer chorar, choro (chora) (...)"		370-371
	7	" Eu sinto-me em luto, sinto... "		2
	7	" Nos primeiros anos (que faleceu) custou-me mais. (...) e custa-me , não é?!"		5-6
	7	" (...) nem gosto de falar nestas coisas (doença do marido) que se não... meche comigo. "		267-268
	7	" Antes quero estar sozinha... e chorar a morte dele , do que estar... a sofrer aqueles momentos, aqueles dias que eu sofri ali sozinha."		292-293
	7	" E eu não queira sair da minha casa. Às vezes nem dizia (à filha que estava mal). "		446
	7	" (...) primeiro que tudo quero ver a eles (filhos) felizes e bem. E eu... pronto suportar a minha dor, e é o que eu faço... "		446
	8	"De dia... vai-se... (passando) porque estou entretida nisto ou naquilo, à noite, obviamente é pior. "	Solidão	73-74
	9	" Sinto, sinto (dor) , mas mais quando estou só, principalmente à noite."	Solidão	13
	9	" (...) tinha sempre uma pessoa com quem conversar, não é? Com quem desabafar e agora sinto-me só... "	Solidão	27-28
	9	"Fui passar o Natal ao meu filho ao Porto mas custou-me muito, muito! " "No último ano estivemos lá todos, parece que foi o último, parece que eles até adivinhavam..."	Normalmente ia com o cônjuge	271 275-276
	9	" (...) o pior já eu passei aqui... sozinha, aqui na sala..."		326
	9	"Agora já estou assim um bocado mais conformada, mas naquela altura senti uma revolta tão grande, tão grande! "	Nos primeiros tempos, após a morte do cônjuge	329-330
	10	"Eu ainda me sinto em luto. Ao fim de 5 anos eu ainda me sinto em luto. "		2
	10	"Queria tentar, não de vez (...) Libertar mais um bocadinho o verdadeiro luto , num [não] é?"		2-5

B152: Funções emocionais	10	" (...) elas (grupo de cavaquinhos) atuaram (...) e eu estava na plateia. Mas elas a tocarem e as lágrimas a caírem pela cara a baixo. "	Grupo ao qual a enluta e o cônjuge faziam parte	457-458
	10	" Saudade muito grande , saudade sim. Muita saudade."		510-511
	11	" (...) o luto é uma escuridão como a noite. "		4-5
	12	" Estou muito triste , às vezes <i>descuzava</i> [não precisava] de lembrar tantas vezes (se ele estivesse cá)"		190-191
	14	" Sinto-me triste (chora)."		4
	14	"Era amoroso, nunca mal tratou. Pois por isso sinto mais a falta (do marido) (chora)."		140 142
B160: Funções do pensamento	10	" (...) (e penso): " Se estivesse aqui o L. também ia buscar o F. " Às vezes deixo-me ir nessa conversa, nesses pensamentos..."		655-657
B1603: Controlo do pensamento	10	" (...) eu sei que lhe tirei 4 ou 5 dias de vida, eu tenho consciência disso e no princípio pedia-lhe perdão porque eu se calhar não devia ter feito isso (chora) . Mas ele partiu com dignidade."		409-411
D930: Religião e espiritualidade	4	"A dor vou espalhando. Vou confrontando com a vontade do Senhor. "		274
	14	" Eu tenho pedido (aos Santos) para esquecer para <i>morde</i> [?] não sofrer (chora)."		350-351

Estratégias do dia a dia				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
B1560: Percepção auditiva	1	"Parecia que ele estava a bater à porta e parece que o via falar, que o ouvia a chamar por mim. Mas agora isso está já está a passar, sinto-me... sinto-me muito melhor (...)"	Relatos habituais de pessoas enlutadas	288-290
B160: Funções do pensamento	13	" (...) levanto-me de manhã (...) e digo: 'Vamos lá, que é preciso andar!'. " (...) penso que a minha vida tem que andar para a frente (...)"	Forma de encarar a vida - vontade de viver	446-483-484
D230: Executar a rotina diária	1	" (...) ficava na cama até às 11 horas, depois punha-me a pé, aquecia a sopinha..."	Nos primeiros meses de perda	299-230
	6	"Trabalhar (lida doméstica), para não me lembrar tanto (do marido) (...)"		450
D240: Lidar com o stress e outras exigências	10	" (...) quando estou assim muito mais em baixo (...) vou buscar (...) um álbum de fotografias, os álbuns de fotografias, tudo." "Que se liberta aí nisso."	Para sentir um alívio	533-534
				548
D4501: Andar distâncias longas	2	" (...) de tarde vou dar uma <i>passeito</i> [<i>passeio</i>]."		539
	3	" (...) [às vezes] vou por ali adiante, andar um bocado. Porque se estiver aqui em casa (...) é uma solidão enorme (...)"		423-425
D4501: Andar distâncias longas	11	"Faço 10 km à volta do parque, corro (em) andamento e a andar."		511-512
D4552: Correr				
D630: Preparar refeições	2	"Faço a minha comida!"		538
D640: Realizar as tarefas domésticas	7	" (...) arrumo a minha casa (e) (...) trato das minhas (...) roupas."		339
D650: Cuidar dos objetos da casa				
D640: Realizar tarefas domésticas	8	"É as lidas de casa e vai-se andando no campo, sempre a mesma coisa."		89
D6505: Cuidar das plantas de interior e exterior				
D640: Realizar as tarefas domésticas	14	" (...) faço a cama (...) Faço as minhas limpezas (...)"	Contou como passava um dos dias	354-355
D6400: Lavar e secar roupa D6403: Utilizar aparelhos domésticos	2	" (...) <i>atimo</i> [arrumo] (...) vou lavar alguma roupa, ou meter na máquina (...) apanho a roupa (...)"		534-536
D6505: Cuidar das plantas de interior e de exterior	3	" (...) para perder a dor dela, é o que eu faço, é <i>distrair-me</i> (<i>entreter-me</i>) (...)"	Enquanto está entretido não pensa na	412

D9204: Passatempo ("Hobbies") D9202: Arte e cultura		" (...)no quintal, ir para a caça, treinar os cães (...) (e) ler o jornal (...)"	mulher que já partiu	415-416
D650: Cuidar dos objetos da casa	1	"Abrir as portas da casa da minha filha, as janelas (...) Para ver se me sai mais esta dor (...)"		376-377
D6501: Manutenção da habitação e dos móveis	13	" (...) fazer umas obras em casa (...)" " (...) foi a maneira de dar a volta à situação."		426-427 436
D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior	2	" (...) vou para o quintal (...)"		535
	12	" Às vezes vou (...) até ao <i>campico</i> [campo] (...)"		224
	13	" (...) andei ali a pôr... plantas, sardinheiras."	Para se distrair	495
	14	" <i>Metó</i> [Planto] umas flores no quintal (...) (e) uns <i>repolhitos</i> [repolhos] (...)"		356-367
D6506: Cuidar dos animais	3	" (...) mantenho o meu dia-a-dia, a olhar para os cães, olhar pelas galinhas e perus (...)"		358
	6	" (...) vou soltar a minha cadela, vou-lhe dar de beber."		392-394
	6	" (...) tenho duas galinhas, vou lá ver se ela puseram (algum ovo), vou lá dar de comer (...)"		398-399
	14	" (...) tenho um <i>canzito</i> [cão] (...) Eu até estive a por lá assim umas coisas para ele não ter tanto frio."		355-356
D660: Ajudar os outros	2	" (...) vou ver assim umas pessoas doentes, vou e passo assim (o dia)."		556-558
	2	" (...) vou ali ajudar a (minha cunhada a) olhar por ela (por uma senhora)."		538-539
	6	"De vez em quando vou lá vê-la (irmã), e é no que eu ocupo (...)"	Ajuda a irmã	426
	10	" (...) tenho o F. (neto, para cuidar), pronto. E ele agora ainda requer muita atenção, e se eu estiver a fazer isso ele..."		551-552

	11	" (...) tento ser feliz e fazer alguém ser feliz. "		510
	12	"A cachopada [netos] támem [também] está [estão] praí [para aí]."	Ajuda a criar 2 netas	225
D750: relacionamentos sociais informais	1	"... hei de começar a ir (...) Abrir as portas da casa da minha filha... e falar com este e falar com aquele "		375-376
	2	"Tento sair de casa (...) <i>espalhar [para distrair]</i> "	Para não pensar no marido	438-439
	2	" (...) gosto de falar, para ter algum alívio , ter alguém que me <i>escute</i> (escute) (...)"		660
	7	"Vou ao café..."		401
	13	"Vou lanchar ali à confeitaria."		493
D7600: Relacionamentos entre pais e filhos	6	" (...) e digo assim: ' Vou! Vou (sair com a filha) para aliviar a cabeça'."		401-402
	12	"Vou falar com ela (filha) (...)"	Aos domingos vai à casa da filha	249
D7603: Relacionamentos com outros parentes	2	" Vou até (...) (à) minha cunhada (ela) tem sobrinhos pequeninos e também estou lá um bocadinho (...)"		558-559
	9	"Vou à minha cunhada."	Às vezes almoça com a neta	359
	9	" (...) a menina (neta) foge logo para aqui! " " (...) é muito engraçada e distrai bem uma pessoa (...)"		210-211 224
D855 – Trabalho não remunerado	10	" (...) sim, à quarta-feira. (...) E depois pronto já estou ali muito inserida (como professora na universidade sénior) (...) Como estratégia é."		567 573 582
D920: Recreação e lazer	11	" (...) vou sair à noite (dar um) pé de dança (...) para aliviar o stress e 'matar' o tempo."		520-522
	13	"Procuo dar assim uma refrescadela (sair) ..."	Vai ao Porto à campa da mãe, fazer compras ou ver montras	516
D9202: Arte e cultura	4	" (...) li muitos (livros) , li da Rosa do Adro, li o de <i>Amor e perdição</i> [Amor de perdição] (...)"		409
	4	"A ler assim algumas coisas (livros e orações) (...)"		433
D9203: Artesanato	6	"Quando é de inverno (...) Fiz pelo Natal uns paninhos [bordados] (...)"	Para oferecer às netas e filhos ou para usar em	433-434

			casa	
	10	"Pronto, é pintar, faço artesanato , gosto muito de artesanato."		552-553
	10	"Se me apetecer, olhe, pego na agulha (de) croché (...) "		584
D9204: Passatempos ("Hobbies")	1	" (...) vejo televisão (risos). A televisão é uma companhia."		381 385
	4	" Vejo televisão , agrada-me ver assim alguns... filmes . (...) destas telenovelas ."		438-439
	5	"Tento me distrair, vejo um bocado de televisão... "		124
	7	" Procuo distrair-me o mais possível... com a televisão (...) "		386
	7	" (...) ver a novela (...), o noticiário (...), os debates da política (...) "		410-411
	13	" (...) primeira coisa que faço é ligar a televisão (...) ligo para sentir que está gente em casa."	Para não se sentir sozinha	246-248
	14	" (...) tenho a televisão no quarto vejo um bocadito [bocado] (...) "	Geralmente tem este hábito	361
D9204: Passatempos ("Hobbies") D650: Cuidar dos objetos de casa	9	" (...) vou vendo televisão e vou arrumando (...) "		351
D930: Religião e espiritualidade	1	" (...) começo a pensar nele (marido), e começo a rezar (...) "		369-370
	3	" (...) vou todas as quartas feiras e fins de semanas sempre ao cemitério (...) "	Vai com a filha assear a campa e coloca sempre duas velas	413-414
	3	" (...) ao domingo vou à missinha (...) "		432
	4	"Muitas vezes leio aqui isto . (...) a oração da manhã. (...) e agradeço a deus . A minha vida a Deus..."		372 374 376
	5	" Para distrair começo, às vezes, a cantar. " "A cantar, ali, o Avé Maria, o mês de maio (...)"		112 114
	5	" (...) às vezes começo a rezar e acabo por adormecer ou distrair-me (...)"		117
	6	" (...) rezo todos os dias o terço. "	E quando pensa muito no marido para ficar melhor	376
	6	" Eu de noite, quando começo assim, a pensar assim nestas coisas (no marido), começo a rezar		383-

D930: Religião e espiritualidade		(chora).		384
	6	" (...) se houver missinha, vou à missa (...)"		392-393
	7	É isso (rezar e ir à missa), é uma das coisas principais."	Que ajuda a superar a dor	396
	8	" (Ao) Cemitério vou . Fora isso não vou."	Único local que refere como passeio	91
	9	" (...) eu estou (...) ao domingo a ouvir a missa (...)"		219-220
	9	"Fui à missa do 7º dia (...) (e) duas vezes no mês de maio."	Apenas foi a estas missas, depois deixou de ir por ter vindo o inverno e a igreja ficar um pouco distante	298
	10	" (...) vou à missa , venho."	Se não o fizer vai pensar no marido, e tanto pode pensar nas coisas boas como nas coisas más que viveu.	582-583
	10	" (...) eu vou todos os sábados lavar e pôr flores, isso... Agora se for oh... <i>oh</i> [ao] Pingo Doce vou ao cemitério , vou ao L. (marido)."		677-678
	12	" Penso sempre nele, vou sempre à missa (...) "		145
	12	"Vou todos os sábados, vou ao cemitério mais elas (filhas)."	Sente-se melhor em ir ao cemitério	194
D930: Religião e espiritualidade	13	" Vou só ao cemitério agora, neste momento..."	Perdeu a fé desde que a neta nasceu com uma deficiência	266
	14	"Estava na hora de rezar o terço, rezei o terço (...)"		360-361

Apoios físicos e humanos				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
B110: Funções da consciência	11	"Nada. Nada, o apoio psicológico que eu tenho foi ganho pela força de vontade de viver."		553
E1101: Medicamentos	1	" (...) ainda tenho ali mais injeções (medicação) para tomar <i>cu</i> [que o] médico me receitou <i>pá</i> [para] a cabeça."		279-280
	13	"Andei a tomar comprimidos e tal... para dormir."		232-233
	14	" (...) tomo a medicação para dormir e lá fico, a dormir."		362
E310: Família próxima	1	"Tenho 3 filhos e os filhos todos ajudaram (...)"		92-93
	1	"Eles (filhos) estão no estrangeiro e todos os dias me telefonam."		265
	3	"O apoio foi da minha filha e dos meus filhos (...)"		471
	4	"Tive dos meus filhos."		457
	5	"Os meus filhos é que me ajudam..." "Fui a Lisboa (passar uns dias a casa da filha) (...)" "O meu filho vem cá todos os dias... Ajuda (...)"	E às vezes vai comer a casa do filho	148 131 150-153
	6	"Às vezes, a minha L. (filha) chega aqui, e diz: 'Oh minha mãe, vou aqui, vou ali, quer vir comigo?'"		399-400
	6	"Só foi das minhas filhas."		440
	8	"... eu... tenho os meus filhos a vir aqui..."		115
	9	" (...) o meu filho (mais velho) faz-me tudo (...)"		199
	9	" (...) à tarde e à noite falo com elas (irmãs)."		365-366
	9	" (...) falar com a neta (...) e com o filho (mais velho)."		369
	10	"Vou almoçar à minha filha e venho para casa (...)"		583

E310: Família próxima	10	" (...) quando nos juntamos mais é ao domingo (...) Estou com os meus netos, com os meus filhos , com a minha nora, com o meu genro e aquele bocado de domingo para mim é..."		632-641-643
	10	" A minha nora é pelo telefone , é pelo telemóvel e mais mora ali (...)"		635-636
	12	" (...) o meu filho reza comigo . E ele (filho) agarra (...) no terço (...)"	Sente-se mais alegre quando reza	201-206
	12	" (...) ele (filho) é que me faz o serviço (tarefas domésticas) todo ."		209
	12	" ... elas (filhas) penteiam-me o cabelo (...) dão-me banho (...) "		216-218
	14	" Quem veio ao funeral do meu marido foi o meu genro e a minha neta , da minha família."		380
E315: Família alargada	2	" A minha cunhada também foi muito minha amiga , à noite trazia sempre sopa, a sopa."		573-574
	7	"Tinha ajuda das minhas cunhadas quando cá vinham (...)"		440
	9	" (...) a minha cunhada telefona-me todos os dias , todos os dias!"	Desde que ficou viúva	393
	13	" (...) estou sempre a chateá-lo (sobrinho) por causa do carro (...) "		567
E320: Amigos	9	" Telefona-me uma pessoa, telefona-me outra (...) "	Amigos e vizinhos	360
E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da comunidade	14	" (...) qualquer coisa estão (amigos e vizinhos) sempre aqui ."		331
E325: Conhecidos, pares, colegas, vizinhos e membros da	2	" (...) recebi muitos apoios bons, muitas pessoas , foram todas muito impecáveis comigo..."		563-564
	2	" (...) os meus vizinhos que me chamavam para ir lá almoçar (...) "		564
	6	"E as pessoas (vizinhas) também (...)"		442
	8	" ... as vizinhas se precisarem de vir aqui, (ou se) eu se precisar , com quem é que vou falar?"		105-106
	10	"Sim tinha, boas palavras, sim tinha boas pessoas ... (...) estavam a elogiar o meu marido e estavam a dar conforto e força a mim."		608-614-615

comunidade	13	" (...) as meninas da sapataria, estão sempre..."	Tem uma boa relação com os vizinhos	380
	13	"Tenho as colegas, todas me telefonam (...)"		403
	14	"Ele (filho da ex-mulher do marido) e o sogro têm andado aqui a compor o telhado (...)"		303
	14	"Os meus genros resolveram logo tudo (para o funeral)."	Genros por parte da família da ex-mulher do marido	320
	14	" (...) os vizinhos, tive (ajuda)." "A A. (senhora do supermercado), à noite telefona-me sempre."		391
E340: Prestadores de cuidados pessoais e assistentes pessoais	2	" (...) quando é para arrumar, assim a fundo, chamo uma mulher para me ajudar (...) "		542-543
	9	" (...) se bem que a mulher (empregada) vem todas as semanas (ajudar nas limpezas) (...) "		351-352
E5700: Serviços relacionados com a segurança social	1	" (...) agora, quando eu arrecebi [recebi] do funeral (...) "	Apoio da Segurança Social	415
	4	" (...)a minha reforma era muito pequenina mas veio um bocado da reforma dele. (...) é uma ajuda (...)"		262-263 461
	12	" Deram (segurança social)."	No funeral	278

O que mais gosta				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
D2303: Gerir o seu próprio nível de atividade	8	“Tenho... sim. Não quero deixar as coisas ir abaixo! Pelo menos aquilo (campo) que eu gostava de ter, enquanto puder faço , quando não puder fica parado!”		141-142
D570: Cuidar da própria saúde	11	“ (...) uma coisa que eu gosto muito que (antes) tinha tão pouco tempo (...) gosto muito de dormir. ”		564-566
D640: Realizar as tarefas domésticas	2	“ (...) gosto de fazer a minha vidinha de casa. ”		660-661
	14	“ (...) gosto de (...) pôr a roupa a lavar ou passar, ou isto ou aquilo. Gosto de fazer tudo.”		411-413
D650: Cuidar dos objetos da casa	5	“ Gosto da casinha arrumada , toda a vida gostei.”		166-167
	13	“ É as coisas de casa... eu gosto. Eu gosto de ter as gavetas arrumadas (...) ”		592
D6505: Cuidar das plantas de interior ou exterior	1	“ Gosto de ir até ao quintal (...) ”		452
	9	“ Gosto de (...) ver as plantas e mexer nas plantas, regá-las e mudá-las (...) ”		421
	12	“ (...) gosto de cuidar do jardim (...) ”		283
D760: Relacionamentos familiares	10	“ (...) o que mais gosto (...) é estar junto dos meus filhos e os meus netos.”		631
D7600: Relacionamentos entre pais e filhos	3	“ (...) viver com os meus filhos (...) em qualquer convívio.”		479-480
D920: Recreação e lazer	11	“ Gosto de dançar , gosto de coisa, gosto de tudo que me faz feliz.”		575
D9202: Arte e cultura	4	“Do que eu gosto mais é de ler. ”		502
	11	“ Gosto de ler um bom livro (...) ”		576
D9204: Passatempo (“Hobbies”)	3	“ (...) o que eu mais gosto é da caça (...) ”		479
	7	“ Gosto de ver televisão. ” “ (...) para <i>morde</i> [?] ajudar a viver, <i>num</i> [não] é?”		466-478-479

D930: Religião e espiritualidade	2	“Na igreja sou cantora (...) ”		445
	11	“ (...) às vezes não me esquece de ir à igreja, que (até) gosto. ”		547- 549

O que menos gosta de fazer				
Classificação	ID	Unidade de registo	Informação adicional	Linha
Nd-qdv: qualidade de vida não definida	5	“Não gosto de deixar a louça de noite para de manhã (...)”		164
D6301: Preparar refeições complexas	1	“(...) acho que é de fazer o comer , que não tenho quem coma.”		457
	4	“(...) o que menos gosto e sempre gostei menos, foi de fazer o comer. ”		525
D6401: Limpar a cozinha e utensílios	9	“(...) (o) que menos gosto de fazer... arrumar a cozinha! ”		440
D9205: Socialização	6	“É de andar por lá (a passear com as filhas) (...) às vezes, não gosto muito.”		454

Anexo VII - Checklist CIF

ICF CHECKLIST
Version 2.1a, Clinician Form
 for International Classification of Functioning, Disability and Health

This is a checklist of major categories of the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization. The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work). The checklist should be used along with the ICF or ICF Pocket version.

H 1. When completing this checklist, use all information available. Please check those used:
 [1] written records [2] primary respondent [3] other informants [4] direct observation

If medical and diagnostic information is not available it is suggested to complete appendix 1: Brief Health Information (p 9-10) which can be completed by the respondent.

H 2. Date ____/____/____ **H 3. Case ID** ____ , ____ , ____ **H 4. Participant No.** ____ , ____ , ____
Day Month Year CE or CS Case No. 1st or 2nd Eval FTC Site Participant

A. DEMOGRAPHIC INFORMATION

A.1 NAME (optional) First _____ FAMILY _____

A.2 SEX (1) [] Female (2) [] Male

A.3 DATE OF BIRTH ____/____/____ (date/month/year)

A.4 ADDRESS (optional) _____

A.5 YEARS OF FORMAL EDUCATION ____

A.6 CURRENT MARITAL STATUS: (Check only one that is most applicable)

(1) Never married [] (4) Divorced []
 (2) Currently Married [] (5) Widowed []
 (3) Separated [] (6) Cohabiting []

A.7 CURRENT OCCUPATION (Select the single best option)

(1) Paid employment [] (6) Retired []
 (2) Self-employed [] (7) Unemployed (health reason) []
 (3) Non-paid work, such as volunteer/charity [] (8) Unemployed (other reason) []
 (4) Student [] (9) Other []
 (5) Keeping house/House-maker [] (please specify) _____

A.8 MEDICAL DIAGNOSIS of existing Main Health Conditions, *if possible give ICD Codes.*

1. No Medical Condition exists

2. _____ ICD code: ____ . ____ . ____ . ____

3. _____ ICD code: ____ . ____ . ____ . ____

4. _____ ICD code: ____ . ____ . ____ . ____

5. A Health Condition (disease, disorder, injury) exists, however its nature or diagnosis is not known

PART 1a: IMPAIRMENTS of BODY FUNCTIONS

- Body functions are the physiological functions of body systems (including psychological functions).
- Impairments are problems in body function as a significant deviation or loss.

First Qualifier: Extent of impairments

0 No impairment means the person has no problem

1 Mild impairment means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.

2 Moderate impairment means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.

3 Severe impairment means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.

4 Complete impairment means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.

8 Not specified means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.

9 Not applicable means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).

Short List of Body Functions	Qualifier
b1. MENTAL FUNCTIONS	
b110 Consciousness	
b114 Orientation (time, place, person)	
b117 Intellectual (incl. Retardation, dementia)	
b130 Energy and drive functions	
b134 Sleep	
b140 Attention	
b144 Memory	
b152 Emotional functions	
b156 Perceptual functions	
b164 Higher level cognitive functions	
b167 Language	
b2. SENSORY FUNCTIONS AND PAIN	
b210 Seeing	
b230 Hearing	
b235 Vestibular (incl. Balance functions)	
b280 Pain	
b3. VOICE AND SPEECH FUNCTIONS	
b310 Voice	
b4. FUNCTIONS OF THE CARDIOVASCULAR, HAEMATOLOGICAL, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS	
b410 Heart	
b420 Blood pressure	
b430 Haematological (blood)	
b435 Immunological (allergies, hypersensitivity)	
b440 Respiration (breathing)	
b5. FUNCTIONS OF THE DIGESTIVE, METABOLIC AND ENDOCRINE SYSTEMS	
b515 Digestive	
b525 Defecation	
b530 Weight maintenance	
b555 Endocrine glands (hormonal changes)	
b6. GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE FUNCTIONS	
b620 Urination functions	

b640 Sexual functions	
b7. NEUROMUSCULOSKELETAL AND MOVEMENT RELATED FUNCTIONS	
b710 Mobility of joint	
b730 Muscle power	
b735 Muscle tone	
b765 Involuntary movements	
b8. FUNCTIONS OF THE SKIN AND RELATED STRUCTURES	
ANY OTHER BODY FUNCTIONS	

Part 1 b: IMPAIRMENTS of BODY STRUCTURES

- Body structures are anatomical parts of the body such as organs, limbs and their components.
- Impairments are problems in structure as a significant deviation or loss.

First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
<p>0 No impairment means the person has no problem</p> <p>1 Mild impairment means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.</p> <p>2 Moderate impairment means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.</p> <p>3 Severe impairment means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.</p> <p>4 Complete impairment means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.</p> <p>8 Not specified means there is insufficient information to specify the severity of the impairment.</p> <p>9 Not applicable means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).</p>	<p>0 No change in structure</p> <p>1 Total absence</p> <p>2 Partial absence</p> <p>3 Additional part</p> <p>4 Aberrant dimensions</p> <p>5 Discontinuity</p> <p>6 Deviating position</p> <p>7 Qualitative changes in structure, including accumulation of fluid</p> <p>8 Not specified</p> <p>9 Not applicable</p>

<i>Short List of Body Structures</i>	First Qualifier: <i>Extent of impairment</i>	Second Qualifier: <i>Nature of the change</i>
s1. STRUCTURE OF THE NERVOUS SYSTEM		
s110 Brain		
s120 Spinal cord and peripheral nerves		
s2. THE EYE, EAR AND RELATED STRUCTURES		
s3. STRUCTURES INVOLVED IN VOICE AND SPEECH		
s4. STRUCTURE OF THE CARDIOVASCULAR, IMMUNOLOGICAL AND RESPIRATORY SYSTEMS		
s410 Cardiovascular system		
s430 Respiratory system		
s5. STRUCTURES RELATED TO THE DIGESTIVE, METABOLISM AND ENDOCRINE SYSTEMS		

s6. STRUCTURE RELATED TO GENITOURINARY AND REPRODUCTIVE SYSTEM		
s610 Urinary system		
s630 Reproductive system		
s7. STRUCTURE RELATED TO MOVEMENT		
s710 Head and neck region		
s720 Shoulder region		
s730 Upper extremity (arm, hand)		
s740 Pelvis		
s750 Lower extremity (leg, foot)		
s760 Trunk		
s8. SKIN AND RELATED STRUCTURES		
ANY OTHER BODY STRUCTURES		

PART 2: ACTIVITY LIMITATIONS & PARTICIPATION RESTRICTION

- *Activity is the execution of a task or action by an individual. Participation is involvement in a life situation.*
- *Activity limitations are difficulties an individual may have in executing activities. Participation restrictions are problems an individual may have in involvement in life situations.*

The Performance qualifier indicates the extent of Participation restriction by describing the persons actual performance of a task or action in his or her current environment. Because the current environment brings in the societal context, performance can also be understood as "involvement in a life situation" or "the lived experience" of people in the actual context in which they live. This context includes the environmental factors – all aspects of the physical, social and attitudinal world that can be coded using the Environmental. The Performance qualifier measures the difficulty the respondent experiences in doing things, assuming that they want to do them.

The Capacity qualifier indicates the extent of Activity limitation by describing the person ability to execute a task or an action. The Capacity qualifier focuses on limitations that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace etc.. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.

Note: Use Appendix 2 if needed to elicit information on the Activities and Participation of the individual

First Qualifier: Performance Extent of Participation Restriction	Second Qualifier: Capacity (without assistance) Extent of Activity limitation
<p><i>0 No difficulty</i> means the person has no problem</p> <p><i>1 Mild difficulty</i> means a problem that is present less than 25% of the time, with an intensity a person can tolerate and which happens rarely over the last 30 days.</p> <p><i>2 Moderate difficulty</i> means that a problem that is present less than 50% of the time, with an intensity, which is interfering in the persons day to day life and which happens occasionally over the last 30 days.</p> <p><i>3 Severe difficulty</i> means that a problem that is present more than 50% of the time, with an intensity, which is partially disrupting the persons day to day life and which happens frequently over the last 30 days.</p> <p><i>4 Complete difficulty</i> means that a problem that is present more than 95% of the time, with an intensity, which is totally disrupting the persons day to day life and which happens every day over the last 30 days.</p> <p><i>8 Not specified</i> means there is insufficient information to specify the severity of the difficulty.</p> <p><i>9 Not applicable</i> means it is inappropriate to apply a particular code (e.g. b650 Menstruation functions for woman in pre-menarche or post-menopause age).</p>	

<i>Short List of A&P domains</i>	<i>Performance Qualifier</i>	<i>Capacity Qualifier</i>
d1. LEARNING AND APPLYING KNOWLEDGE		
d110 Watching		
d115 Listening		
d140 Learning to read		
d145 Learning to write		
d150 Learning to calculate (<i>arithmetic</i>)		
d175 Solving problems		
d2. GENERAL TASKS AND DEMANDS		
d210 Undertaking a single task		
d220 Undertaking multiple tasks		
d3. COMMUNICATION		
d310 Communicating with -- receiving -- spoken messages		
d315 Communicating with -- receiving -- non-verbal messages		
d330 Speaking		
d335 Producing non-verbal messages		
d350 Conversation		
d4. MOBILITY		
d430 Lifting and carrying objects		
d440 Fine hand use (<i>picking up, grasping</i>)		
d450 Walking		
d465 Moving around using equipment (<i>wheelchair, skates, etc.</i>)		
d470 Using transportation (<i>car, bus, train, plane, etc.</i>)		
d475 Driving (<i>riding bicycle and motorbike, driving car, etc.</i>)		
d5. SELF CARE		
d510 Washing oneself (<i>bathing, drying, washing hands, etc.</i>)		
d520 Caring for body parts (<i>brushing teeth, shaving, grooming, etc.</i>)		
d530 Toileting		
d540 Dressing		
d550 Eating		
d560 Drinking		
d570 Looking after one's health		
d6. DOMESTIC LIFE		
d620 Acquisition of goods and services (<i>shopping, etc.</i>)		
d630 Preparation of meals (<i>cooking etc.</i>)		
d640 Doing housework (<i>cleaning house, washing dishes laundry, ironing, etc.</i>)		
d660 Assisting others		
d7. INTERPERSONAL INTERACTIONS AND RELATIONSHIPS		
d710 Basic interpersonal interactions		
d720 Complex interpersonal interactions		
d730 Relating with strangers		
d740 Formal relationships		
d750 Informal social relationships		
d760 Family relationships		
d770 Intimate relationships		
d8. MAJOR LIFE AREAS		

d810 Informal education		
d820 School education		
d830 Higher education		
d850 Remunerative employment		
d860 Basic economic transactions		
d870 Economic self-sufficiency		
d9. COMMUNITY, SOCIAL AND CIVIC LIFE		
d910 Community Life		
d920 Recreation and leisure		
d930 Religion and spirituality		
d940 Human rights		
d950 Political life and citizenship		
ANY OTHER ACTIVITY AND PARTICIPATION		

PART 3: ENVIRONMENTAL FACTORS

- *Environmental factors make up the physical, social and attitudinal environment in which people live and conduct their lives.*

*Qualifier in environment:
Barriers or facilitator*

0 No barriers
1 Mild barriers
2 Moderate barriers
3 Severe barriers
4 Complete barriers

0 No facilitator
+1 Mild facilitator
+2 Moderate facilitator
+3 Substantial facilitator
+4 Complete facilitator

<i>Short List of Environment</i>	<i>Qualifier barrier or facilitator</i>
e1. PRODUCTS AND TECHNOLOGY	
e110 For personal consumption (food, medicines)	
e115 For personal use in daily living	
e120 For personal indoor and outdoor mobility and transportation	
e125 Products for communication	
e150 Design, construction and building products and technology of buildings for public use	
e155 Design, construction and building products and technology of buildings for private use	
e2. NATURAL ENVIRONMENT AND HUMAN MADE CHANGES TO ENVIRONMENT	
e225 Climate	
e240 Light	
e250 Sound	
e3. SUPPORT AND RELATIONSHIPS	
e310 Immediate family	
e320 Friends	
e325 Acquaintances, peers, colleagues, neighbours and community members	
e330 People in position of authority	
e340 Personal care providers and personal assistants	
e355 Health professionals	
e360 Health related professionals	
e4. ATTITUDES	
e410 Individual attitudes of immediate family members	
e420 Individual attitudes of friends	
e440 Individual attitudes of personal care providers and personal assistants	
e450 Individual attitudes of health professionals	
e455 Individual attitudes of health related professionals	
e460 Societal attitudes	
e465 Social norms, practices and ideologies	
E5. SERVICES, SYSTEMS AND POLICIES	
e525 Housing services, systems and policies	
e535 Communication services, systems and policies	
e540 Transportation services, systems and policies	
e550 Legal services, systems and policies	
e570 Social security, services, systems and policies	
e575 General social support services, systems and policies	
e580 Health services, systems and policies	
e585 Education and training services, systems and policies	
e590 Labour and employment services, systems and policies	
ANY OTHER ENVIRONMENTAL FACTORS	

Part 4: OTHER CONTEXTUAL INFORMATION

4.1 Give a thumbnail sketch of the individual and any other relevant information.

4.2 Include any *Personal Factors* as they impact on functioning (e.g. lifestyle, habits, social background, education, life events, race/ethnicity, sexual orientation and assets of the individual).

Appendix 1:

BRIEF HEALTH INFORMATION

☐ Self Report

☐ Clinician Administered

X.1 Height: ____/____/____ cm (or inches)

X.2 Weight: ____/____/____ kg (or pounds)

X.3 Dominant Hand (prior to health condition): Left ☐ Right ☐ Both hands equally ☐

X.4 How do you rate your physical health in the past month?

Very good ☐ Good ☐ Moderate ☐ Bad ☐ Very bad ☐

X.5 How do you rate your mental and emotional health in the past month?

Very good ☐ Good ☐ Moderate ☐ Bad ☐ Very bad ☐

X.6 Do you currently have any disease(s) or disorder(s)?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify: _____

X.7 Did you ever have any significant injuries that had an impact on your level of functioning?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify _____

X.8 Have you been hospitalized in the last year?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify reason(s) and for how long?

1. _____; _____ days
2. _____; _____ days
3. _____; _____ days

X.9 Are you taking any medication (either prescribed or over the counter)?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify major medications

1. _____
2. _____
3. _____

X.10 Do you smoke?

☐ NO

☐ YES

X.11 Do you consume alcohol or drugs?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify average daily quantity

Tobacco: _____

Alcohol: _____

Drugs: _____

X.12 Do you use any assistive device such as glasses, hearing aid, wheelchair, etc.?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify

X.13 Do you have any person assisting you with your self care, shopping or other daily activities?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify person and assistance they provide

X.14 Are you receiving any kind of treatment for your health?

☐ NO

☐ YES

If YES, please specify:

X.15 Additional significant information on your past and present health:

X.16 IN THE PAST MONTH, have you cut back (i.e. reduced) your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? _____

X.17 IN THE PAST MONTH, have you been totally unable to carry out your usual activities or work because of your health condition? (a disease, injury, emotional reasons or alcohol or drug use)

☐ NO

☐ YES

If yes, how many days? _____

Appendix 2:

GENERAL QUESTIONS FOR PARTICIPATION & ACTIVITIES

The following probes are proposed as a guide to help the examiner when interviewing the respondent about problems in functioning and life activities, in terms of the distinction between capacity and performance. Take into account all personal information known about the respondent and ask any additional probes as necessary. Probes should be rephrased as open-ended questions if necessary to elicit greater information.

Under each domain there are two kinds of probes:

The first probe tries to get the respondent to focus on his or her capacity to do a task or action, and in particular to focus on limitations in capacity that are inherent or intrinsic features of the person themselves. These limitations should be direct manifestations of the respondent's health state, without the assistance. By assistance we mean the help of another person, or assistance provided by an adapted or specially designed tool or vehicle, or any form of environmental modification to a room, home, workplace and so on. The level of capacity should be judged relative to that normally expected of the person, or the person's capacity before they acquired their health condition.

The second probe focuses on the respondent's actual performance of a task or action in the person's actual situation or surroundings, and elicits information about the effects of environmental barriers or facilitators. It is important to emphasize that you are only interested in the extent of difficulty the respondent has in doing things, assuming that they want to do them. Not doing something is irrelevant if the person chooses not to do it.

I. Mobility

(Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have walking long distances (such as a kilometer or more) without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

(Performance)

(1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have in walking long distances (such as a kilometer or more)?

(2) Is this problem walking made worse, or better, by your actual surroundings?

(3) Is your capacity to walk long distances without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

II. Self Care

(Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have washing yourself, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

(Performance)

(1) In your own home, how much of a problem do you actually have washing yourself?

(2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to wash yourself without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

III. Domestic Life

(Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have cleaning the floor of your where you live, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

(Performance)

(1) In your own home, how much of a problem do you actually have cleaning the floor?

(2) Is this problem made worse, or better, by the way your home is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to clean your floor without assistance more or less than what you actually do in your present surroundings?

IV. Interpersonal Interactions

(Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have making new friends, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

(Performance)

(1) In your present situation, how much of a problem do you actually have making friends?

(2) Is this problem making friends made worse, or better, by anything (or anyone) in your surroundings?

(3) Is your capacity to make friends, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

V. Major Life Areas

(Capacity)

(1) In your present state of health, how much difficulty do you have getting done all the work you need to do for your job, without assistance?

(2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?

(Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?")

(Performance)

(1) In your present surroundings, how much of a problem do you actually have getting done all the work you need to do for your job?

(2) Is this problem fulfilling your job requirements made worse, or better, by the way the work environment is set up or the specially adapted tools you use?

(3) Is your capacity to do your job, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

VI. Community, Social and Civic Life

(Capacity)

- (1) In your present state of health, how much difficulty do you have participating in community gatherings, festivals or other local events, without assistance?
- (2) How does this compare with someone, just like yourself only without your health condition?
- (Or: "...than you had before you developed your health problem or had the accident?)

(Performance)

- (1) In your community, how much of a problem do you actually have participating in community gatherings, festivals or other local events?
- (2) Is this problem made worse, or better, by the way your community is arranged or the specially adapted tools, vehicles or whatever you use?
- (3) Is your capacity to participate in community events, without assistance, more or less than what you actually do in your present surroundings?

Appendix 3:

GUIDELINES FOR THE USE OF ICF CHECKLIST VERSION 2.1A

- 1. This is a checklist of major categories of International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) of the World Health Organization. The ICF Checklist is a practical tool to elicit and record information on the functioning and disability of an individual. This information can be summarized for case records (for example, in clinical practice or social work).*
- 2. This version (2.1a) is for use by a clinician, health or social care professional.*
- 3. The checklist should be used along with the ICF full or short version which is scheduled for publication in September 2001. Until then the ICIDH-2 Final Draft, full version, WHO, 2001 will serve as reference document for the ICF checklist. The raters should familiarize themselves with the ICIDH-2 Final Draft by attending a brief educational programme or self-taught curriculum.*
- 4. All information from written records, primary respondent, other informants and direct observation can be used to fill in the checklist. Please record all sources of information used on the first page.*
- 5. Parts 1 to 3 should be filled in by writing the qualifier code against each of the function, structure, activity and participation term that shows some problem for the case being evaluated. Appropriate codes for the qualifiers are given on the relevant pages.*
- 6. Comments can be made regarding any information that can serve as the additional qualifier or that is thought to be significant for the case being evaluated.*
- 7. Part 4 (Environment) has both negative (barrier) and positive (facilitator) qualifier codes. For all positive qualifier codes, please use a plus (+) sign before the code.*
- 8. The categories given in the checklist have been selected from the ICF and are not exhaustive. If you need to use a category that you do not find listed here, use the space at the end of each dimension to record these.*